



中学校給食予定献立表

令和7年(2025年)4月(Ｂ献立)

義務教育学校(後期課程)含む
豊中市教育委員会

お問い合わせ

(6843)~9101 学校給食課

＜食品名の左にある「○・▲・●」の記号について＞

○小麦粉・卵・牛乳に表記

▲当月分の「中学校給食用半製品・加工品の配合表」に記載している食品

●当年度分の「中学校給食用パン及び年間使用食品の配合表」に記載している食品

6つの食品群

- ◆1群・・・たんぱく質が多く、おもに筋肉や血液になる食品
- ◆2群・・・カルシウムが多く、骨や歯をつくる食品
- ◆3群・・・色の濃い野菜でビタミン、ミネラルが多い食品
- ◆4群・・・色のうすい野菜や果物でビタミン、ミネラルが多い食品
- ◆5群・・・穀類やいもで炭水化物が多い食品
- ◆6群・・・油脂製品で脂質が多い食品

材料および献立名は都合により変わることがあります。

実施日	献立名	食品名	重量 (g)	食品 群	実施日	献立名	食品名	重量 (g)	食品 群	実施日	献立名	食品名	重量 (g)	食品 群	実施日	献立名	食品名	重量 (g)	食品 群					
4月10日 (木)	ごはん	米	100	5	4月11日 (金)	ごはん	米	100	5	4月14日 (月)	ごはん	米	100	5	4月15日 (火)	ごはん	米	100	5	4月16日 (水)	ごはん	米	100	5
	牛乳	○牛乳	1本	2		牛乳	○牛乳	1本	2		牛乳	○牛乳	1本	2		牛乳	○牛乳	1本	2		牛乳	○牛乳	1本	2
	豆腐入りごま豆乳スープ	鶏肉	10	1		五目汁	豚肉	15	1		レタススープ	鶏肉	10	1		マーボー豆腐	豚ひき肉	20	1		ポトフ	●ウインナーソーセージ(輪切り)	25	1
		●豆腐	30	1			●つきこんにやく	10	5			レタス	20	4			●豆腐	65	1			じゃがいも	30	5
		●白ねぎ	10	4			●ごぼう	7	4			人参	20	3			玉ねぎ	60	4			玉ねぎ	40	4
		●たけのこ(水煮)	5	4			人参	10	3			玉ねぎ	20	4			●チキンスープ	10				エリンギ	10	4
		●しめじ	5	4			青ねぎ	3	3			●出し昆布	0.8				●出し昆布	0.8				干ししいたけ	0.2	4
		●おろししょうが	0.5	4			●削り節	2				●薄口しょうゆ	4				●おろししょうが	0.3	4			●コンソメ	1.3	
		▲豆乳	10	1			●出し昆布	0.5				塩	0.2				●おろししょうが	0.3	4			●おろししょうが	0.3	4
		●チキンスープ	8				●みりん	0.5				ごしょう	0.03				●赤みそ	3.5	1			●赤みそ	3.5	1
		白すりごま	0.5	6			●薄口しょうゆ	4				なたね油	0.2	6			●トウモロコシ	1				●トウモロコシ	1	
4月17日 (木)	(焼)チヂミ	白揚げごま	5	6	(焼)鶏肉の竜田揚げ	ごしょう	1	0.8	(焼)ハンバーグの和風あんかけ	ごしょう	0.02		(焼)ミンチカツ	ごしょう	0.02		(焼)ミンチカツ	ごしょう	0.02					
	チャプチェ	●薄口しょうゆ	0.8			塩	0.8			●ハンバーグ	1個	1		●ミンチカツ	1個	●ミンチカツ		1個	●ミンチカツ	1個	●ミンチカツ	1個		
		●ごま油	0.3	6		ごしょう	0.02			●なたね油	0.2	6		鶏肉	20	1		●つきこんにやく	30	5				
		なたね油	0.2	6		鶏肉	60	1		●おろししょうが	0.8	4		鶏肉	20	1		●さやいんげん	8	3				
		▲チヂミ	1個	5		●酒	1.1			●みりん	0.8			●さやいんげん	8	3		●みりん	1	5				
		なたね油	0.2	6		●すりご	0.5			●薄口しょうゆ	2.6			●さやいんげん	8	3		●薄口しょうゆ	1	5				
		豚ひき肉	12	1		●でん粉	10	5		●れんこん(水煮)	35	4		●薄口しょうゆ	0.1			●薄口しょうゆ	0.1					
		●春雨	4	5		なたね油	6	6		●ごぼう	10	4		なたね油	0.1			なたね油	0.1					
		玉ねぎ	20	4		いちごゼリー	1個	5		塩	0.1			鶏肉	12	1		●ハム	10	1				
		にら	8	3		きわわめ	13	2		●ピーコン	8	1		小松菜	30	3		●ブロッコリー	25	3				
		●おろししょうが	0.3	4		人参	12	3		●ごまドレッシング	8.5	6		人参	8	3		人参	5	3				
4月24日 (木)	もやしとハムのサラダ	おろしにんにく	0.1	4	マッシュポテト	どうもろこし	10	4	ベーコンとアスパラガスのソテー	アスパラガス	15	3	ぶるぶる寒天サラダ	エリンギ	10	4	ぶるぶる寒天サラダ	エリンギ	10	4				
		●コチジャン	0.5	5		●みりん	1.3			人参	5	3		●薄口しょうゆ	0.8	0.08		●薄口しょうゆ	0.8	0.08				
		●砂糖	2.7			●砂糖	1.5	5		塩	0.2			塩	0.2			ごしょう	0.01					
		●薄口しょうゆ	0.2	6		●薄口しょうゆ	1.7			玉ねぎ	10	4		なたね油	0.2	6		なたね油	0.2	6				
		なたね油	0.2	6		なたね油	0.5	6		マッシュルーム	5	4		なたね油	0.2	6		●ハム	5	1				
		●ハム	10	1		じゃがいも	30	5		●薄口しょうゆ	0.8			▲こんにやく寒天	0.5	2		▲こんにやく寒天	0.5	2				
		もやし	25	4		塩	0.1			塩	0.15			人参	5	3		人参	5	3				
		人参	5	3		ごしょう	0.01			ごしょう	0.01			玉ねぎ	10	4		玉ねぎ	10	4				
		砂糖	1.5	5		なたね油	0.01			なたね油	0.2	6		●もやし	15	4		●もやし	15	4				
		●薄口しょうゆ	2											●中華ドレッシング	5	6		●中華ドレッシング	5	6				
			2																					
4月21日 (木)	厚揚げのみそ汁	米	100	5	ミネストローネ	黒糖パン	1個	5	コンソメスープ	米	100	5	肉のオイスターソース炒め	米	100	5	コーンしゅうまい	米	100	5				
	牛乳	○牛乳	1本	2		牛乳	○牛乳	1本		2	牛乳	○牛乳		1本	2	牛乳		○牛乳	1本	2	牛乳	○牛乳	1本	2
	厚揚げのみそ汁	●厚揚げ	25	1		●ベーコン	10	1		鶏肉	20	1		牛肉	35	1		豚肉	10	1	豚肉	10	1	
		玉ねぎ	20	4		●ツイストマカロニ	5	5		人参	10	3		●酒	1			人参	8	3	人参	8	3	
		●白ねぎ	3	3		じゃがいも	25	5		白菜	15	4		塩	0.1			玉ねぎ	25	4	玉ねぎ	25	4	
		●わかめ	0.4	2		人参	10	3		えのきたけ	10	4		塩	0.02			えのきたけ	8	4	えのきたけ	8	4	
		●削り節	2			玉ねぎ	20	4		パセリ	0.01	3		なたね油	0.2	6		●わかめ	0.5	2	●わかめ	0.5	2	
		●出し昆布	0.5			セロリ	5	4		●コンソメ	1.7			人参	30	3		干ししいたけ	0.4	4	干ししいたけ	0.4	4	
		●赤みそ	3.8	1		●ポークスー	5			●薄口しょうゆ	1.5			玉ねぎ	50	4		●ポークスー	5		●ポークスー	5		
		●白みそ	3.8	1		トマトジュース	30	3		塩	0.2			●たけのこ(水煮)	35	4		●出し昆布	0.8		●出し昆布	0.8		
		●さくら	1切	1		●トマトソース	10			ごしょう	0.01			●おろししょうが	20	4		●薄口しょうゆ	3.5		●薄口しょうゆ	3.5		
4月18日 (木)	(焼)さわらの照り焼き	なたね油	0.2	6	切干大根のカレーツナマヨ和え	砂糖	0.2	5	(焼)さけフライ	なたね油	0.2	6	鶏キムチ	●おろししょうが	0.3	4	豆苗ともやしの和え物	●おろししょうが	0.3	4				
		●砂糖	2	5		塩	0.45			▲さけフライ	9	6		●おろしにんにく	0.1	4		ごしょう	0.03					
		●薄口しょうゆ	0.5			ごしょう	0.025	6		●オイスターソース	10	1		●酒	3			なたね油	0.2	6				
		●でん粉	0.3	5		なたね油	0.2	6		●ベーコン	10	1		●スバゲティ	12	5		鶏肉	2切	1				
		●まぐろ(シトル)	10	1		鶏肉	2切	1		●スパゲティ	12	5		玉ねぎ	20	4		黒ごしょう	0.02					
		切干大根	8	4		塩	0.05			▲ハジルペースト	3			●薄口しょうゆ	1.7			なたね油	0.2	6				
		人参	8	3		黒ごしょう	0.01			●ハジルペースト	3			●でん粉	0.7	5		おろしにんにく	0.1	4				
		●カレー粉	0.3			なたね油	0.2	6		●鶏肉	10	4		▲白菜キムチ	2切	1		おろしにんにく	0.1	4				
		●薄口しょうゆ	6	6		レモン果汁	2.5	4		塩	0.2			●白菜キムチ	25	1		じゃがいも	0.35	4				
		●チキンスープ	15	1		●はちみつ	1.5	5		なたね油	0.1	6		●玉ねぎ	30	4		砂糖	1.8	5				
		●ひじき	1	2		●薄口しょうゆ	4			●チキンスープ	1.4			●チキンスープ	1.4			●薄口しょうゆ	0.5	5				
4月25日 (水)	手作り豚ひきふりかけ	●でん粉	0.5		豚肉とチンゲン菜のソテー	鶏肉	10	1	ポテトサラダ	人参	5	3	コーンしゅうまい	●酒	1.4		鶏キムチ	●ウインナーソー	10	1				
		●酒	1			チンゲン菜	30	3		玉ねぎ	10	4		砂糖	1.4	5		●エルボマカロニ	6	5				
		●みりん	1	5		人参	10	3		塩	0.15			●薄口しょうゆ	1.4			人参	5	3				
		●薄口しょうゆ	1.5			●どうもろこし	5	4		ごしょう	0.01			●ごま油	0.14	6		玉ねぎ	15	4				
		なたね油	0.3	6		●薄口しょうゆ	1.5			●マヨネーズ風ドレッシング	5	6		●なたね油	0.14	6		●豆苗	4	3				
		▲すりおろし洋なしゼリー	1個	5		塩	0.2							●豆苗	8	1		●トマトソース	4	4				
						ごしょう	0.01							●もやし	20	4		●ウスターソース	1					
						なたね油	0.2	6						●砂糖	0.5	5		塩	0.08					
						キャベツ	25	4						●ごしょう	0.02			ごしょう	0.02	6				
						きゅうり	10	4						●ミルクリーム	1切	6		●ミルクリーム	1切	6				
						人参	6	3						ほうろん草	20	3		ほうろん草	20	3				
4月28日 (木)	すりおろし洋なしゼリー	●すりおろし洋なしゼリー	1個	5	キャベツのサラダ	●イタリアンドレッシング	5.5	6	パジャスハゲティ	●ベーコン	10	1	鶏キムチ	●オイスターソース	10	1	豆苗ともやしの和え物	●オイスターソース	10	1				
										●スバゲティ	12	5		●酒	3			●酒	3					
										玉ねぎ	20	4		玉ねぎ	20	4		玉ねぎ	20	4				
										おろしにんにく	0.07	4		●でん粉	0.7	5		●でん粉	0.7	5				
										▲ハジルペースト	3			▲コーンしゅうまい	2切	1		▲コーンしゅうまい	2切	1				
4月28日 (木)	すりおろし洋なしゼリー	●すりおろし洋なしゼリー	1個	5	キャベツのサラダ	●イタリアンドレッシング	5.5	6	パジャスハゲティ	●ベーコン	10	1	鶏キムチ	●オイスターソース	10	1	豆苗ともやしの和え物	●オイスターソース	10	1				
										●スバゲティ	12	5		●酒	3			●酒	3					
										玉ねぎ	20	4		玉ねぎ	20	4		玉ねぎ	20	4				
										おろしにんにく	0.07	4		●でん粉	0.7	5		●でん粉	0.7	5				
										▲ハジルペースト	3			▲コーンしゅうまい	2切	1		▲コーンしゅうまい	2切	1				

中学校給食予定献立表

令和7年(2025年)4月(Ｂ献立)

義務教育学校(後課程)含む
豊中市教育委員会

お問い合わせ

(6843)・9101 学校給食課

＜食品名の左にある「○・▲・●」の記号について＞

○小麦粉・卵・牛乳に表記

▲当月分の「中学校給食用半製品・加工品の配合表」に記載している食品

●当年度分の「中学校給食用パン及び年間使用食品の配合表」に記載している食品

6つの食品群

- ◆1群・・・たんぱく質が多く、おもに筋肉や血液になる食品
- ◆2群・・・カルシウムが多く、骨や歯をつくる食品
- ◆3群・・・色のこい野菜でビタミン、ミネラルが多い食品
- ◆4群・・・色のうすい野菜や果物でビタミン、ミネラルが多い食品
- ◆5群・・・穀類やいもで炭水化物が多い食品
- ◆6群・・・油脂食品で脂質が多い食品

材料および献立名は都合により変わることがあります。

実施日	献立名	食品名	重量(g)	食品群	実施日	献立名	食品名	重量(g)	食品群	実施日	献立名	食品名	重量(g)	食品群	実施日	献立名	食品名	重量(g)	食品群		
4月24日(木)	ごはん	米	100	5	4月25日(金)	ごはん	米	100	5	4月28日(月)	ごはん	米	100	5	4月30日(水)	コッペパン	●コッペパン	1個	5		
	牛乳	○牛乳	1本	2		牛乳	○牛乳	1本	2		牛乳	○牛乳	1本	2		牛乳	○牛乳	1本	2		
	玉ねぎとうす揚げのみそ汁	●鶏肉	10	1		米粉ポークカレー	●豚肉	20	1		豆腐のすまし汁	●豆腐	20	1		ジュリエンスープ	●ベーコン	15	1		
		●玉ねぎ	6	1			●じゃがいも	50	5			▲枝豆かまぼこ	5	1			人参	15	3		
		●しめじ	8	4			人参	20	3			人参	10	3			玉ねぎ	15	3		
		●削り節	2				玉ねぎ	60	4			玉ねぎ	20	4			●ポークスープ	5			
		●出し昆布	0.5				●おろししょうが	0.5	4			青ねぎ	3	3			●出し昆布	0.8			
		●赤みそ	3.8	1			●おろしにんにく	0.3	4			●削り節	2				●薄口しょうゆ	3.5			
		●白みそ	3.8	1			●ソテーオニオン	3	4			●出し昆布	0.5				塩	0.1			
		なたね油	0.2	6			●おろしりんご	5	4			●みりん	0.5				こしょう	0.03			
	(揚)ビーフコロッケ	▲ビーフコロッケ	1個	5			●ポークスープ	10				●薄口しょうゆ	4			(揚)とんかつのソース	▲とんかつ	2個	1		
	小松菜とベーコンの炒め物	▲なたね油	9	6			●チャーハン	5	5		(焼)さばのみりんづけ	▲さばのみりんしょうゆつけ	1切	1		チンゲン菜のソテー	▲とんかつソース	6			
		●ベーコン	5	1			●米粉	4	5			なたね油	0.2	6			●まぐろ(レトルト)	10	1		
		小松菜	20	3			●カレー粉	0.3			ささみとわかめのサラダ	●ささみ(レトルト)	20	1			チンゲン菜	35	3		
		人参	10	3			ターメリック	0.15				人参	12	3			人参	10	3		
		キャベツ	20	4			●トマトケチャップ	4				どうもろこし	10	4			●コンソメ	0.6			
		●薄口しょうゆ	0.7				●赤ワイン	1				●わかめ	1	2			塩	0.2			
		塩	0.2				●ウスターソース	1				ゆず果汁	3	4			こしょう	0.01			
		こしょう	0.01				●とんかつソース	2.5				砂糖	1.5	5			なたね油	0.2	6		
		なたね油	0.2	6			●薄口しょうゆ	0.6				●酢	1								
	きんぴらごぼう	●豚肉	10	1			こしょう	0.025				●薄口しょうゆ	2.2			ウインナーと大豆のトマト煮	●ウインナーソーセージ(輪切り)	6	1		
		●つきこんにやく	5	5			なたね油	0.2	6			塩	0.16				大豆(レトルト)	9	1		
		ごぼう	20	4		(揚)いかフライ	▲いかフライ	1個	1		ブロックリーのおかか和え	ブロックリー	35	3			じゃがいも	12	5		
		●みりん	0.5				なたね油	7.5	6			人参	5	3			玉ねぎ	12	4		
	砂糖	1.2	5	コールスローサラダ	●ハム	30	4		●みりん	4			●トマトケチャップ	0.01	3						
	●薄口しょうゆ	2.3			キャベツ	30	4		●わかめ	1			●トマトソース	4							
	なたね油	0.2	6		人参	10	3		●薄口しょうゆ	0.35	1		●ウスターソース	0.24							
キャンディーチーズ	●キャンディーチーズ	2個	2		きゅうり	8	4	きな粉わらびもち	▲きな粉わらびもち	30	5		塩	0.05							
					▲ブレンドレッシング	8	6						黒こしょう	0.01							
				フルーツ杏仁豆腐	▲杏仁豆腐	20	5						なたね油	0.2	6						
					●りんご(缶)	20	4														
栄養価	たんぱく質 kcal 845	たんぱく質 g 29.3	脂質 kcal 29.8	脂質 g 2.7	炭水化物 kcal 380	炭水化物 g 88	ビタミンA kcal 20.7	ビタミンB1 kcal 0.43	ビタミンB2 kcal 0.48	ビタミンC kcal 30	食物繊維 kcal 4.8	たんぱく質 kcal 844	たんぱく質 g 26.7	脂質 kcal 24.6	炭水化物 kcal 288	炭水化物 g 90	ビタミンA kcal 1.9	ビタミンB1 kcal 0.45	ビタミンB2 kcal 0.46	ビタミンC kcal 37	食物繊維 kcal 8.8
栄養価	たんぱく質 kcal 824	たんぱく質 g 32.8	脂質 kcal 25.4	脂質 g 2.8	炭水化物 kcal 288	炭水化物 g 109	ビタミンA kcal 2.3	ビタミンB1 kcal 0.32	ビタミンB2 kcal 0.34	ビタミンC kcal 0.63	食物繊維 kcal 27	たんぱく質 kcal 751	たんぱく質 g 35.1	脂質 kcal 26.8	炭水化物 kcal 4.1	炭水化物 g 365	ビタミンA kcal 2.5	ビタミンB1 kcal 0.325	ビタミンB2 kcal 0.36	ビタミンC kcal 0.80	食物繊維 kcal 19



いよいよ新しい学年での生活がスタートしました。これから始まる学校生活に期待と不安でいっぱいのことと思います。皆さんが安心して給食を食べられるよう、衛生管理を徹底し、心を込めておいしい給食作りに努めていきます。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

給食の約束

- ・毎日、きれいなハンカチを持って来ましょう。
- ・食事の前には手をきれいに洗いましょう。
- ・毎日、箸(献立によってはスプーン)、ナフキンを必ず持って来ましょう。 ※箸、スプーンの提供はありません。
- ・トレイの上に、ナフキンを敷きましょう。
- ・正しい姿勢でゆっくりよくかんで食べましょう。
- ・給食では、いろいろな食べ物が出ます。苦手なものもあるかもしれませんが、健康な体づくりにはとても大切です。様々な味、食材にチャレンジしましょう。



牛乳
ストローレスの紙パック牛乳です。(200ml入り)
飲み終わったら、小さくたたみビニール袋に入れましょう。

ごはん
ごはんは給食当番が教室

※パンは週1回程度提供します。



中学校給食の紹介



おかず(ランチボックス)
数品のおかずが付きまます。献立によってはデザートが付くこともあります。

ランチボックスのおかずは全て、85度以上に加熱し、安全な温度まで急速に冷却して盛り付けています。

※献立によって一品少ない場合があります。

おかず(食缶)
温かいおかず(汁ものや煮物、カレー等)は給食当番が教室で配食します。