

中学校給食予定献立表

令和3年(2021年)1月(日替吉)

令和8年(2026年)1月(B献立)

義務教育学校(後期課程)含む 英語教育系科目

豐中市教育委員會

問い合わせ

6843)-9101 學校給食課

＜食品名の左にある「○・△・●」の記号について

○小麦粉・卵・牛乳に

▲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

- 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

- ◆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…油脂製品で脂質が多い食品

※米粉、うす揚げの配合は、4月に配布している「中学校給食用パン及び年間使用食品の配合表(B献立)」に掲載していますが、原材料に変更があったため、当月分の「中学校給食用半製品・加工品の配合表(B献立)」をご確認ください。

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)						
	献立名	献立名	献立名	献立名	献立名	献立名	献立名	献立名	献立名	献立名	献立名	献立名	献立名	献立名	献立名	献立名	献立名	献立名	献立名	献立名	献立名	献立名	献立名	献立名	献立名	献立名	献立名	献立名									
1月9日(金)	ごはん	米	100	5	ごはん	米	100	5	ごはん	米	100	5	ごはん	米	100	5	ごはん	米	100	5	ごはん	米	100	5	米粉豆乳パン	●	米粉豆乳パン	1個									
	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	牛乳	牛乳	1本	2	牛乳	○	牛乳	1本									
	●うす揚げ	鶏肉	8	1	中華スープ	鶏肉	15	1	中華スープ	人参	10	3	中華スープ	玉ねぎ	20	4	中華スープ	じゃがいも	50	5	中華スープ	鶏肉	30	1	コンソメスープ	●	ベーコン	10									
	▲梅型かまぼこ	5	1	●煮込みもち	25	5	●たけのこ(水煮)	10	4	●わかめ	0.5	2	●チキンスープ	10	4	●おろしそうが	0.5	4	●おろしそうが	0.5	4	●つけこんにやく	20	5	●つけこんにやく	20	5	●つけこんにやく	20	5							
	●煮込みもち	25	5	小松菜	10	3	●だし昆布	0.5	2	●だし昆布	0.5	2	●だし昆布	0.8	4	●おろしりんご	5	4	●おろしりんご	5	4	●玉ねぎ	30	4	●玉ねぎ	30	4	●玉ねぎ	30	4							
	大根	10	4	●だし昆布	0.5	2	●だし昆布	0.5	2	●だし昆布	0.2	4	●だし昆布	0.2	4	●玉ねぎ	40	4	●玉ねぎ	40	4	●玉ねぎ	40	4	●玉ねぎ	40	4	●玉ねぎ	40	4							
	●削り節	2		●だし昆布	0.5		●だし昆布	0.5		●だし昆布	0.2		●だし昆布	0.2		●玉ねぎ	40	4	●玉ねぎ	40		●玉ねぎ	40		●玉ねぎ	40		●玉ねぎ	40								
	●だし昆布	0.5		●みりん	0.5		●だし昆布	0.5		●だし昆布	0.2		●だし昆布	0.2		●玉ねぎ	40	4	●玉ねぎ	40		●玉ねぎ	40		●玉ねぎ	40		●玉ねぎ	40								
	●薄口しょうゆ	2.5		●だし昆布	0.5		●だし昆布	0.5		●だし昆布	0.2		●だし昆布	0.2		●玉ねぎ	40	4	●玉ねぎ	40		●玉ねぎ	40		●玉ねぎ	40		●玉ねぎ	40								
	塩	0.4		●だし昆布	0.5		●だし昆布	0.5		●だし昆布	0.2		●だし昆布	0.2		●玉ねぎ	40	4	●玉ねぎ	40		●玉ねぎ	40		●玉ねぎ	40		●玉ねぎ	40								
	(焼)ぶりの照り焼き	ぶり	1切	1	(揚)ミニカツ	●ミンチカツ	1個	1	(高野豆腐の卵とじ	○卵	12	1	(ハムとブロッコリーのサラダ	●ハム	8	1	コーンシュウまい	●コーンシュウまい	2個	1	(さばの塩焼き	●さば	1切	1	(金)	(焼)	鶏肉のオニオンソースかけ	●	ベーコン	10							
	なたね油	0.2	6	(火)	なたね油	9	6	(水)	高野豆腐の卵とじ	▲高野豆腐	5	1	ハムとブロッコリーのサラダ	●ブロッコリー	25	3	チングン葉とウインナーのソテー	●ウインナーソーセージ(輪切り)	7	1	ごぼうサラダ	●ごぼう	40	4	スラッピージョー	●	白菜	30									
	●みりん	3		●みりん	1.5	5	●みりん	1.5		●みりん	1		●みりん	1		●みりん	1		●みりん	1		●みりん	1		●赤ワイン	1.5		●赤ワイン	1.5								
	砂糖	1.5	5	●濃口しょうゆ	3.6		●濃口しょうゆ	3.6		●濃口しょうゆ	0.5		●濃口しょうゆ	0.5		●濃口しょうゆ	0.5		●濃口しょうゆ	0.5		●濃口しょうゆ	0.5		●濃口しょうゆ	0.5		●濃口しょうゆ	0.5								
	●でん粉	0.5	5	●でん粉	0.5		●でん粉	0.5		●でん粉	0.5		●でん粉	0.5		●でん粉	0.5		●でん粉	0.5		●でん粉	0.5		●でん粉	0.5		●でん粉	0.5								
	きんとんタルト	▲さつまいもタルト	1個	5	●さつまいもタルト	1個	5	●さつまいもタルト	1個	5	●さつまいもタルト	1個	5	●さつまいもタルト	1個	5	●さつまいもタルト	1個	5	●さつまいもタルト	1個	5	●さつまいもタルト	1個	5	●さつまいもタルト	1個	5									
	れんこんのきんぴら	●竹輪	6	1	●竹輪	6	1	●竹輪	6	1	●竹輪	6	1	●竹輪	6	1	●竹輪	6	1	●竹輪	6	1	●竹輪	6	1	●竹輪	6	1	●竹輪	6	1						
	れんこん(水煮)	25	4	れんこん(水煮)	25	4	れんこん(水煮)	25	4	れんこん(水煮)	25	4	れんこん(水煮)	25	4	れんこん(水煮)	25	4	れんこん(水煮)	25	4	れんこん(水煮)	25	4	れんこん(水煮)	25	4	れんこん(水煮)	25	4							
	人参	4	3	人参	4	3	人参	4	3	人参	4	3	人参	4	3	人参	4	3	人参	4	3	人参	4	3	人参	4	3	人参	4	3							
	●酒	0.9		●酒	0.9		●酒	0.9		●酒	0.9		●酒	0.9		●酒	0.9		●酒	0.9		●酒	0.9		●酒	0.9		●酒	0.9		●酒	0.9					
	●みりん	0.9		●みりん	0.9		●みりん	0.9		●みりん	0.9		●みりん	0.9		●みりん	0.9		●みりん	0.9		●みりん	0.9		●みりん	0.9		●みりん	0.9		●みりん	0.9					
	砂糖	0.9	5	砂糖	0.9	5	砂糖	0.9	5	砂糖	0.9	5	砂糖	0.9	5	砂糖	0.9	5	砂糖	0.9	5	砂糖	0.9	5	砂糖	0.9	5	砂糖	0.9	5	砂糖	0.9	5				
	●濃口しょうゆ	1.6		●濃口しょうゆ	1.6		●濃口しょうゆ	1.6		●濃口しょうゆ	1.6		●濃口しょうゆ	1.6		●濃口しょうゆ	1.6		●濃口しょうゆ	1.6		●濃口しょうゆ	1.6		●濃口しょうゆ	1.6		●濃口しょうゆ	1.6		●濃口しょうゆ	1.6					
	●こま油	0.2	6	●こま油	0.2	6	●こま油	0.2	6	●こま油	0.2	6	●こま油	0.2	6	●こま油	0.2	6	●こま油	0.2	6	●こま油	0.2	6	●こま油	0.2	6	●こま油	0.2	6	●こま油	0.2	6				
	紅白なます	大根	25	4	金時人参	5	3	白いりごま	0.4	6	ゆず果汁	0.3	4	砂糖	2.2	5	●酢	1.3		●酢	1.3		●塩	0.25		●塩	0.25		●塩	0.25		●塩	0.25		●塩	0.25	
お正月メニュー	ごはん	米	100	5	ごはん	米	100	5	ごはん	米	100	5	ごはん	米	100	5	ごはん	米	100	5	ごはん	米	100	5	ごはん	●	ごはん	1個									
	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	牛乳	牛乳	1本	2	牛乳	○	牛乳	1本									
	●わかめのみそ汁	豚肉	10	1	●わかめのみそ汁	豚肉	10	1	●わかめのみそ汁	豚肉	10	1	●わかめのみそ汁	豚肉	10	1	●わかめのみそ汁	豚肉	10	1	●わかめのみそ汁	豚肉	10	1	●わかめのみそ汁	豚肉	10	1									
	●豆腐	10	1	●豆腐	10	1	●豆腐	10	1																												



中学校給食予定献立表

令和8年(2026年)1月(B献立)

義務教育学校(後期課程)含む 英語教材系

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

○小麦粉・卵・生乳(+)表

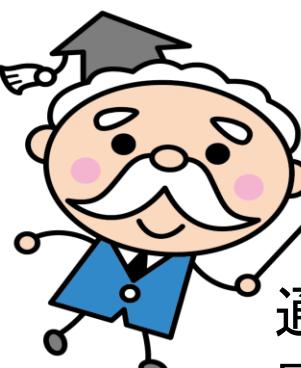
▲当月分の「中学校給食用半製品・加工品の配合表」に記載してい

●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

- ◆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
- ◆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

※米粉、うす揚げの配合は、4月に配布している「中学校給食用パン及び年間使用食品の配合表(別紙)」に掲載していますが、原材料に変更があったため、当月分の「中学校給食用半製品・加工品の配合表(別紙)」でご確認ください。

材料および献立名は都合により変わることがあります



1月24日～30日は
全国学校給食週間です

学校給食について知ろう！

学校で食べる給食は、単なる昼ごはんではなく、栄養バランスのとれた豊かな食事を通して、健康に良い食事のとり方、地域の産業や食文化、食べ物とそれに関わる人への感謝の気持ちなど、さまざまなことを学ぶための教材となるものです。

このように、現在ではさまざまな教育的効果が期待される学校給食ですが、もともとは、おなかをすかせた子どもたちのために、学校で昼ごはんを提供したことが始まりでした。学校給食がたどった歩みを見てみましょう。

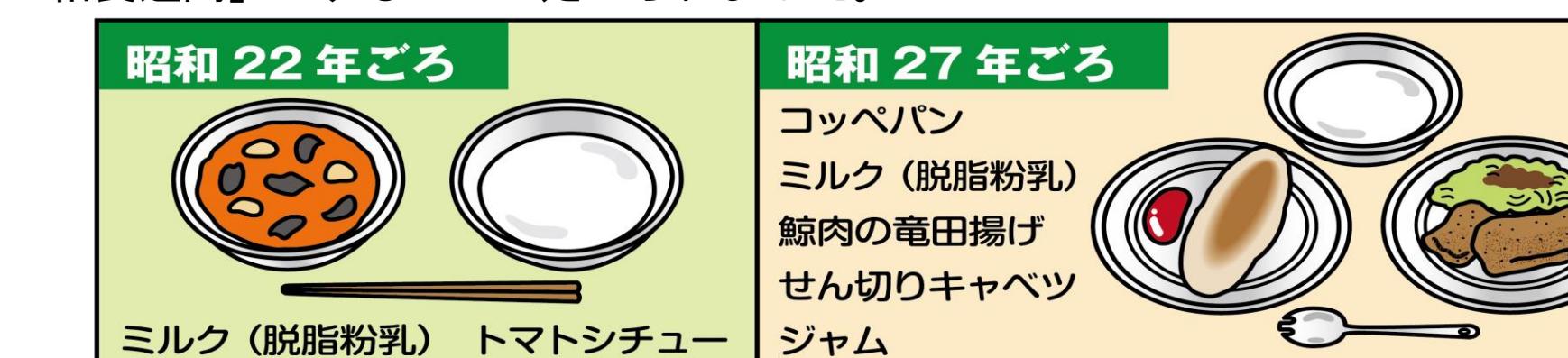
学校給食の始まり



日本の学校給食は、1889（明治22）年、山形県鶴岡町（現・鶴岡市）にある大督寺というお寺の中に建てられた私立忠愛小学校で始まったとされています。大督寺のお坊さんが家々を回ってお経を唱え、いただいた米や野菜、お金を使って、貧しい家庭の子どもたちに食事を用意しました。その後、学校給食は、子どもたちの栄養を改善するための方法として国から奨励され、各地へ広まっていきましたが、戦争による食料不足の影響で実施できなくなってしまいました。



戦争が終わり、子どもたちの栄養状態の悪化が心配されたことから、1946（昭和21）年に、アメリカのLARA（アジア救援公認団体）から給食用物資の寄贈を受け、翌年1月から学校給食が再開されました。当初は給食用物資の贈呈式が行われた12月24日を「学校給食感謝の日」としましたが、1950（昭和25）年度からは冬季休業と重ならない1月24日～30日を「全国学校給食週間」とすることが定められました。



昭和25年に、
アメリカから寄贈
された小麦粉で
パンが作られ、
「パン・ミルク・
おかず」の完全
給食が始まりま
した。

学校給食は教育活動に



1954（昭和29）年に「学校給食法」が公布・施行され、学校給食は教育活動として実施されることになりました。それから、時代の移り変わりとともに、子どもたちの食生活を取り巻く環境は大きく変化し、学校給食の内容も変わっていきました。



昭和30年代後半には脱脂粉乳のミルクが牛乳へと切り替わり、コッペパン以外のパンやソフトめんなど、主食の種類が増えていきました。