

中学校給食予定献立表

令和7年(2025年)6月(C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

●年度別の「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

8つの食品群

- 1群...たんぱく質が多く、お肉・鶏肉や血合いになる食品
- 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(ビタミン)、ミネラルが多い食品
- 4群...色のすまし野菜や葉物が多い食品
- 5群...穀類(小麦)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場合があります。

献立日	献立名	食品名	重量	食品	献立日	献立名	食品名	重量	食品	献立日	献立名	食品名	重量	食品	献立日	献立名	食品名	重量	食品					
6月2日 (月)	ごはん 鶏すき煮 [除]ボウぎょうざ チンゲン菜の和え物 ひじきふりかけ キャベツのびり辛じょう炒め	米	100	5	ごはん	米	100	5	ごはん	米	100	5												
		牛乳	1本	2	牛乳	牛乳	1本	2	牛乳	牛乳	1本	2	牛乳	1本	2									
		鶏肉	30	1	鶏肉	鶏肉	30	1	鶏肉	鶏肉	30	1	鶏肉	30	1									
		玉ねぎ	15	3	玉ねぎ	玉ねぎ	15	3	玉ねぎ	玉ねぎ	15	3	玉ねぎ	15	3									
		人参	10	5	人参	人参	10	5	人参	人参	10	5	人参	10	5									
		豆腐	40	4	豆腐	豆腐	40	4	豆腐	豆腐	40	4	豆腐	40	4									
		ごぼう	20	4	ごぼう	ごぼう	20	4	ごぼう	ごぼう	20	4	ごぼう	20	4									
		白ねぎ	10	4	白ねぎ	白ねぎ	10	4	白ねぎ	白ねぎ	10	4	白ねぎ	10	4									
		卵	1	2	卵	卵	1	2	卵	卵	1	2	卵	1	2	卵	1	2	卵	1	2	卵	1	2
		砂糖	4.7	5	砂糖	砂糖	4.7	5	砂糖	砂糖	4.7	5	砂糖	4.7	5									
醤油	7	1	醤油	醤油	7	1	醤油	醤油	7	1														
なたね油	0.2	6	なたね油	なたね油	0.2	6	なたね油	なたね油	0.2	6														
ポークソフ	3	6	ポークソフ	ポークソフ	3	6	ポークソフ	ポークソフ	3	6														
なたね油	5.1	6	なたね油	なたね油	5.1	6	なたね油	なたね油	5.1	6														
チンゲン菜	35	3	チンゲン菜	チンゲン菜	35	3	チンゲン菜	チンゲン菜	35	3														
人参	4	1	人参	人参	4	1	人参	人参	4	1														
しめじ	8	4	しめじ	しめじ	8	4	しめじ	しめじ	8	4														
みりん	2	2	みりん	みりん	2	2	みりん	みりん	2	2														
醤油	2.5	2	醤油	醤油	2.5	2	醤油	醤油	2.5	2														
ひじきふりかけ	1	2	ひじきふりかけ	ひじきふりかけ	1	2	ひじきふりかけ	ひじきふりかけ	1	2														
キャベツのびり辛じょう炒め	5	1	キャベツのびり辛じょう炒め	キャベツのびり辛じょう炒め	5	1	キャベツのびり辛じょう炒め	キャベツのびり辛じょう炒め	5	1														
キャベツ	25	4	キャベツ	キャベツ	25	4	キャベツ	キャベツ	25	4														
ごぼう	0.7	5	ごぼう	ごぼう	0.7	5	ごぼう	ごぼう	0.7	5														
白ねぎ	1.3	3	白ねぎ	白ねぎ	1.3	3	白ねぎ	白ねぎ	1.3	3														
ごぼう	0.2	6	ごぼう	ごぼう	0.2	6	ごぼう	ごぼう	0.2	6														

中学校給食予定献立表

令和7年(2025年)6月(C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

●当年年度の「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

8つの食品群

- 1群...たんぱく質が多く、お肉に脂肪や血球になる食品
- 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...色の薄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...油脂類で脂質が多い食品

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	食品群	実施日	献立名	食品名	重量	食品群	実施日	献立名	食品名	重量	食品群	実施日	献立名	食品名	重量	食品群					
6月16日	ごはん	米	100	5	6月16日	ごはん	米	100	5	6月16日	ごはん	米	100	5	6月16日	ごはん	米	100	5					
6月16日	牛乳	牛乳	1本	2	6月16日	牛乳	牛乳	1本	2	6月16日	牛乳	牛乳	1本	2	6月16日	牛乳	牛乳	1本	2	6月16日	牛乳	牛乳	1本	2
6月16日	かぼちゃのみそ汁	かぼちゃ	5	1	6月16日	かぼちゃのみそ汁	かぼちゃ	5	1	6月16日	かぼちゃのみそ汁	かぼちゃ	5	1	6月16日	かぼちゃのみそ汁	かぼちゃ	5	1	6月16日	かぼちゃのみそ汁	かぼちゃ	5	1
6月16日	豆腐	豆腐	10	1	6月16日	豆腐	豆腐	10	1	6月16日	豆腐	豆腐	10	1	6月16日	豆腐	豆腐	10	1	6月16日	豆腐	豆腐	10	1
6月16日	卵	卵	1	1	6月16日	卵	卵	1	1	6月16日	卵	卵	1	1	6月16日	卵	卵	1	1	6月16日	卵	卵	1	1
6月16日	鶏肉	鶏肉	30	3	6月16日	鶏肉	鶏肉	30	3	6月16日	鶏肉	鶏肉	30	3	6月16日	鶏肉	鶏肉	30	3	6月16日	鶏肉	鶏肉	30	3
6月16日	じゃがいも	じゃがいも	5	3	6月16日	じゃがいも	じゃがいも	5	3	6月16日	じゃがいも	じゃがいも	5	3	6月16日	じゃがいも	じゃがいも	5	3	6月16日	じゃがいも	じゃがいも	5	3
6月16日	人参	人参	25	4	6月16日	人参	人参	25	4	6月16日	人参	人参	25	4	6月16日	人参	人参	25	4	6月16日	人参	人参	25	4
6月16日	玉ねぎ	玉ねぎ	3	3	6月16日	玉ねぎ	玉ねぎ	3	3	6月16日	玉ねぎ	玉ねぎ	3	3	6月16日	玉ねぎ	玉ねぎ	3	3	6月16日	玉ねぎ	玉ねぎ	3	3
6月16日	ほうろく	ほうろく	5	3	6月16日	ほうろく	ほうろく	5	3	6月16日	ほうろく	ほうろく	5	3	6月16日	ほうろく	ほうろく	5	3	6月16日	ほうろく	ほうろく	5	3
6月16日	ポークスープ	ポークスープ	5	3	6月16日	ポークスープ	ポークスープ	5	3	6月16日	ポークスープ	ポークスープ	5	3	6月16日	ポークスープ	ポークスープ	5	3	6月16日	ポークスープ	ポークスープ	5	3
6月16日	鶏口しょうゆ	鶏口しょうゆ	1	1	6月16日	鶏口しょうゆ	鶏口しょうゆ	1	1	6月16日	鶏口しょうゆ	鶏口しょうゆ	1	1	6月16日	鶏口しょうゆ	鶏口しょうゆ	1	1	6月16日	鶏口しょうゆ	鶏口しょうゆ	1	1
6月16日	醤油	醤油	2	5	6月16日	醤油	醤油	2	5	6月16日	醤油	醤油	2	5	6月16日	醤油	醤油	2	5	6月16日	醤油	醤油	2	5
6月16日	ごま油	ごま油	0.3	6	6月16日	ごま油	ごま油	0.3	6	6月16日	ごま油	ごま油	0.3	6	6月16日	ごま油	ごま油	0.3	6	6月16日	ごま油	ごま油	0.3	6
6月16日	なたね油	なたね油	0.2	6	6月16日	なたね油	なたね油	0.2	6	6月16日	なたね油	なたね油	0.2	6	6月16日	なたね油	なたね油	0.2	6	6月16日	なたね油	なたね油	0.2	6
6月16日	あじふり厚焼き餅	あじふり厚焼き餅	18	1	6月16日	あじふり厚焼き餅	あじふり厚焼き餅	18	1	6月16日	あじふり厚焼き餅	あじふり厚焼き餅	18	1	6月16日	あじふり厚焼き餅	あじふり厚焼き餅	18	1	6月16日	あじふり厚焼き餅	あじふり厚焼き餅	18	1
6月16日	牛肉	牛肉	15	1	6月16日	牛肉	牛肉	15	1	6月16日	牛肉	牛肉	15	1	6月16日	牛肉	牛肉	15	1	6月16日	牛肉	牛肉	15	1
6月16日	ごぼう	ごぼう	10	5	6月16日	ごぼう	ごぼう	10	5	6月16日	ごぼう	ごぼう	10	5	6月16日	ごぼう	ごぼう	10	5	6月16日	ごぼう	ごぼう	10	5
6月16日	人参	人参	25	4	6月16日	人参	人参	25	4	6月16日	人参	人参	25	4	6月16日	人参	人参	25	4	6月16日	人参	人参	25	4
6月16日	玉ねぎ	玉ねぎ	3	3	6月16日	玉ねぎ	玉ねぎ	3	3	6月16日	玉ねぎ	玉ねぎ	3	3	6月16日	玉ねぎ	玉ねぎ	3	3	6月16日	玉ねぎ	玉ねぎ	3	3
6月16日	白だし	白だし	0.5	6	6月16日	白だし	白だし	0.5	6	6月16日	白だし	白だし	0.5	6	6月16日	白だし	白だし	0.5	6	6月16日	白だし	白だし	0.5	6
6月16日	みりん	みりん	1.4	5	6月16日	みりん	みりん	1.4	5	6月16日	みりん	みりん	1.4	5	6月16日	みりん	みりん	1.4	5	6月16日	みりん	みりん	1.4	5
6月16日	砂糖	砂糖	2.4	5	6月16日	砂糖	砂糖	2.4	5	6月16日	砂糖	砂糖	2.4	5	6月16日	砂糖	砂糖	2.4	5	6月16日	砂糖	砂糖	2.4	5
6月16日	鶏口しょうゆ	鶏口しょうゆ	1.4	5	6月16日	鶏口しょうゆ	鶏口しょうゆ	1.4	5	6月16日	鶏口しょうゆ	鶏口しょうゆ	1.4	5	6月16日	鶏口しょうゆ	鶏口しょうゆ	1.4	5	6月16日	鶏口しょうゆ	鶏口しょうゆ	1.4	5
6月16日	なたね油	なたね油	0.2	6	6月16日	なたね油	なたね油	0.2	6	6月16日	なたね油	なたね油	0.2	6	6月16日	なたね油	なたね油	0.2	6	6月16日	なたね油	なたね油	0.2	6
6月16日	竹炭	竹炭	10	1	6月16日	竹炭	竹炭	10	1	6月16日	竹炭	竹炭	10	1	6月16日	竹炭	竹炭	10	1	6月16日	竹炭	竹炭	10	1
6月16日	ビスマン	ビスマン	29	3	6月16日	ビスマン	ビスマン	29	3	6月16日	ビスマン	ビスマン	29	3	6月16日	ビスマン	ビスマン	29	3	6月16日	ビスマン	ビスマン	29	3
6月16日	塩	塩	0.15	6	6月16日	塩	塩	0.15	6	6月16日	塩	塩	0.15	6	6月16日	塩	塩	0.15	6	6月16日	塩	塩	0.15	6
6月16日	あびりきしょうゆ	あびりきしょうゆ	0.01	1	6月16日	あびりきしょうゆ	あびりきしょうゆ	0.01	1	6月16日	あびりきしょうゆ	あびりきしょうゆ	0.01	1	6月16日	あびりきしょうゆ	あびりきしょうゆ	0.01	1	6月16日	あびりきしょうゆ	あびりきしょうゆ	0.01	1
6月16日	なたね油	なたね油	0.2	6	6月16日	なたね油	なたね油	0.2	6	6月16日	なたね油	なたね油	0.2	6	6月16日	なたね油	なたね油	0.2	6	6月16日	なたね油	なたね油	0.2	6
6月16日	鶏口しょうゆ	鶏口しょうゆ	1.5	6	6月16日	鶏口しょうゆ	鶏口しょうゆ	1.5	6	6月16日	鶏口しょうゆ	鶏口しょうゆ	1.5	6	6月16日	鶏口しょうゆ	鶏口しょうゆ	1.5	6	6月16日	鶏口しょうゆ	鶏口しょうゆ	1.5	6
6月16日	なたね油	なたね油	0.3	6	6月16日	なたね油	なたね油	0.3	6	6月16日	なたね油	なたね油	0.3	6	6月16日	なたね油	なたね油	0.3	6	6月16日	なたね油	なたね油	0.3	6
6月16日	かつおぶし	かつおぶし	1	1	6月16日	かつおぶし	かつおぶし	1	1	6月16日	かつおぶし	かつおぶし	1	1	6月16日	かつおぶし	かつおぶし	1	1	6月16日	かつおぶし	かつおぶし	1	1

6月は「牛乳月間」



6月1日は「牛乳の日」

6月1日は、国連食糧農業機関 (FAO) が定める「世界牛乳の日 (World Milk Day)」です。日本でもそれに合わせ、一般社団法人Jミルクが、6月1日を「牛乳の日」、6月を「牛乳月間」と定めています。牛乳や乳製品のよさを見直すとともに、酪農や乳業に関して理解を深める機会にしましょう。

Q. なぜ、給食には牛乳が毎日出るの？

A. 成長期に必要な栄養素、特にカルシウムがたっぷり含まれているからです。

牛乳に多く含まれている栄養素と主な働き

- たんぱく質** ...皮膚や筋肉、髪の毛など、体をつくる材料になります。
- カルシウム** ...丈夫な骨や歯をつくるのに欠かせません。
- ビタミンA** ...目や皮膚・粘膜の健康、成長促進などに関わります。
- ビタミンB2** ...エネルギーの代謝や、皮膚・粘膜の健康に関わります。

