



中学校給食予定献立表

令和8年（2026年）1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				
1月9日(金)	(焼)ぶりの照り焼き	ごはん	100	5	1月13日(火)	(揚)ミンチカツ	米	100	5	1月15日(木)	(焼)さばの塩焼き	米	100	5	1月16日(金)	(焼)鶏肉のオニオンソースかけ	黒糖パン	●黒糖パン	1個	5			
		牛乳	1本	2			牛乳	1本	2			牛乳	1本	2			牛乳	1本	2				
		雑煮	●うす揚げ	8			1	鶏肉	15			1	鶏肉	15			1	コンシメスープ	▲ショルダーベーコン	10	1		
			▲梅型かまぼこ	5			1		人参			10	3				白菜	30	4		白菜	30	4
			▲煮込みもち	25			5		玉ねぎ			10	3				人参	10	3		えのきたけ	10	4
			小松菜	10			3		玉ねぎ			30	4				パセリ	0.01	3		パセリ	0.01	3
			金時人参	10			3		白菜			40	4				●コンソメ	1.7			●コンソメ	1.7	
			大根	10			4		白ねぎ			8	4				●薄口しょうゆ	1.3			●薄口しょうゆ	1.3	
			●削り節	2					▲焼きふ			2	5				塩	0.1			塩	0.1	
			●出し昆布	0.5					●酒			1					こしょう	0.01			こしょう	0.01	
	●みりん	0.5			●砂糖	4.7	5		なたね油	0.2	6		なたね油	0.2	6								
	●薄口しょうゆ	2.5			●濃口しょうゆ	7			ごぼうサラダ	ごぼう	40	4		鶏肉	2切	1							
	塩	0.4			なたね油	0.2	6		小松菜と豚肉の炒め物	小松菜	25	3		なたね油	0.2	6							
	ぶり	1切	1		▲ミンチカツ	1個	1			豚肉	8	1		スラッピージョー	豚ひき肉	18	1						
	なたね油	0.2	6		なたね油	9	6			濃口しょうゆ	10	3			人参	10	3						
	●みりん	3			○卵	12	1			ごぼう	40	4			玉ねぎ	30	4						
	砂糖	1.5	5		▲高野豆腐	5	1			人参	10	3			●トマトケチャップ	5							
	●濃口しょうゆ	3.6			●人参	12	3			●ごまドレッシング	8	6			●トマトソース	5							
	●でん粉	0.5	5		●削り節	1				●濃口しょうゆ	2.5				●赤ワイン	1							
	▲さつまいもタルト	1個	5		●酒	1				塩	0.8				●ウスターソース	1.5							
	●竹輪	6	1		●みりん	1				こしょう	0.025				塩	0.05							
	●れんこん(水煮)	25	4		●砂糖	1.4	5			なたね油	0.2	6			こしょう	0.01							
	人參	4	3		●濃口しょうゆ	2.1				ぶどうゼリー	●ぶどうゼリー	1個	5			なたね油	0.2	6					
	●酒	0.9			●ハム	8	1			福神づけ	▲福神づけ	8	4			●でん粉	0.3	5					
	●みりん	0.9			●ブロッコリー	25	3									キャベツ	30	4					
	砂糖	0.9	5		とうもろこし	8	4									人参	10	3					
	●濃口しょうゆ	1.6			●中華ドレッシング	6	6									●かんきつドレッシング	6	6					
	●ごま油	0.2	6																				
	大根	25	4																				
	金時人参	5	3																				
	白いうりごま	0.4	6																				
	ゆず果汁	0.3	4																				
	砂糖	2.2	5																				
	●酢	1.3																					
	塩	0.25																					
														</									



中学校給食予定献立表

令和8年（2026年）1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・・・たんばく質が多く、おにも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

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	実施日	献立名	食品名	重量 (g)	食品群
1月26日 (月)	ごはん 牛乳 糸寒天入りすまし汁	米	100	5	1月27日 (火)	ごはん 牛乳 石狩汁	米	100	5	1月28日 (水)	コッペパン 牛乳 ミネストローネ	●コッペパン	1個	5	1月29日 (木)	ごはん 牛乳 豚肉のマスタード炒め	米	100	5	1月30日 (金)	ごはん 牛乳 塩鶏茶づけ(卵入り)	米	100	5
		○牛乳	1本	2			○牛乳	1本	2			○牛乳	1本	2			○牛乳	1本	2					
		鶏肉	20	1			さけ	20	1			▲ショルダーベーコン	10	1			豚肉	30	1			鶏肉	20	1
		▲かまぼこ	5	1			●つきこんにやく	10	5			●ツイストマカロニ	5	5			人参	25	3			○卵	20	1
		●うす揚げ	3	1			大根	15	4			じゃがいも	25	5			玉ねぎ	40	4			人参	5	3
		人参	10	3			人参	10	3			人参	10	3			キャベツ	45	4			水菜	10	3
		玉ねぎ	25	4			しめじ	5	4			玉ねぎ	15	4			さやいんげん	10	3			青ねぎ	3	3
		青ねぎ	5	3			青ねぎ	5	3			●ポークスープ	5				エリンギ	20	4			しょうが	0.5	4
		▲こんにやく寒天	0.7	2			●酒	1				トマトジュース	30	3			▲つぶ入りマスタード	2.5				にんにく	0.1	4
		●削り節	2				●削り節	2				●トマトソース	10				●カレー粉	0.03				白いりごま	2	6
●出し昆布	0.5		●出し昆布	0.5		砂糖	0.2	5	●酒	1.5		●チキンスープ	8											
●みりん	0.5		●赤みそ	5	1	●濃口しょうゆ	1.6		砂糖	1	5	塩	0.9											
●薄口しょうゆ	2.5		●白みそ	3.5	1	塩	0.45		●濃口しょうゆ	4		●ごま油	0.1	6										
塩	0.4		鶏肉	60	1	ごしょう	0.025		塩	0.2		なたね油	0.2	6										
なたね油	0.2	6	しょうが	0.65	4	なたね油	0.2	6	ごしょう	0.01		●でん粉	1	5										
▲にら焼き	1個	5	●酒	2.7		さわら	1切	1	●マヨネーズ風ドレッシング	3	6	▲かぼちゃチーズフライ	1個	3										
なたね油	0.2	6	●濃口しょうゆ	3.5		なたね油	0.2	6	なたね油	0.2	6	なたね油	9	6										
野沢菜の油炒め	15	1	●でん粉	10	5	●トマト(缶)	16	3	▲チキンナゲット	2個	1	▲焼き豚	10	1										
▲野沢菜づけ	15	3	なたね油	6	6	にんにく	0.15	4	なたね油	3.6	6	もやし	35	4										
玉ねぎ	15	4	じゃがいも	40	5	パセリ	0.01	3	●ハム	5	1	ほうれん草	20	3										
しめじ	5	4	人参	5	3	●白ワイン	2.4		切干大根	4	4	●みりん	1.7											
にんにく	0.13	4	玉ねぎ	10	4	砂糖	0.15	5	人参	10	3	●薄口しょうゆ	1.8											
●濃口しょうゆ	0.3		●むき枝豆(大豆)	5	4	塩	0.15		玉ねぎ	10	4	牛肉	10	1										
塩	0.1		塩	0.2		ごしょう	0.01		にんにく	0.3	4	ごぼう	20	4										
なたね油	0.2	6	ごしょう	0.02		オリーブ油	1.5	6	とうがらし	0.01		人参	5	3										
●ハム	8	1	●マヨネーズ風ドレッシング	7	6	●でん粉	0.5	5	●チキンスープ	5		とうがらし	0.01											
白菜	30	4	とうもろこし	20	4	●ささみ(レトルト)	15	1	塩	0.4		●みりん	0.4											
人参	5	3	玉ねぎ	15	4	キャベツ	30	4	ごしょう	0.03		砂糖	1	5										
砂糖	1.9	5	エリンギ	5	4	人参	5	3	なたね油	0.1	6	●濃口しょうゆ	2											
●酢	1.4		●濃口しょうゆ	0.8		小松菜	5	3	●まぐろ(レトルト)	8	1	なたね油	0.2	6										
●濃口しょうゆ	1		塩	0.1		▲フレンチドレッシング	7		人参	8	3													
塩	0.04		ごしょう	0.01		●いちごとりんごのジャム	1袋	5	プロッコリー	25	3													
●すりおろしりんごゼリー	1個	5	●バター(調理用)	0.6	6	●パインアップル(缶)	15	4	ゆず果汁	0.7	4													
			なたね油	0.1	6	●黄桃(缶)	15	4	砂糖	0.4	5													
									●薄口しょうゆ	1.4														