



中学校給食予定献立表

令和8年(2026年)7月(A献立)

庄内さくら学園(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更することがあります。

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									
7月1日(水)	コッペパン 牛乳 じゃがいものミルクスープ	●コッペパン	1個	5	7月2日(木)	ごはん 牛乳 牛丼	米	100	5	7月3日(金)	ごはん 牛乳 豚肉のマスタード炒め	米	100	5	7月6日(月)	ごはん 牛乳 マーボー厚揚げ	米	100	5	7月7日(火)	ごはん 牛乳 とうがんのすまし汁	米	100	5				
		○牛乳	1本	2			○牛乳	1本	2			○牛乳	1本	2			○牛乳	1本	2			○牛乳	1本	2				
		●ショルダーベーコン	10	1			豚肉	30	1			豚肉	30	1			豚肉	30	1			豚肉	30	1	豚肉	30	1	
		じゃがいも	30	5			●糸こんにゃく	30	5			人参	25	3			●厚揚げ	60	1			▲星型かまぼこ	5	1	▲とうがん	30	4	
		人参	8	3			人参	15	3			玉ねぎ	45	4			人参	25	3			とうがん	30	4	人参	10	3	
		玉ねぎ	15	4			玉ねぎ	65	4			キャベツ	40	4			玉ねぎ	60	4			玉ねぎ	15	4	玉ねぎ	3	3	
		ハセリ	0.01	3			青ねぎ	10	3			さやいんげん	10	3			にんにく	0.2	4			●削り節	4		●出し昆布	0.8		
		●コンソメ	2				しょうが	0.5	4			エリンギ	20	4			しょうが	1	4			●赤みそ	8	1	●みりん	0.5		
		○牛乳	30	2			●酒	1.5				▲つぶ入りマスタード	2.5				にんにく	0.2	4			●トマトケチャップ	5.7		●薄口しょうゆ	2.5		
		塩	0.2	2			砂糖	4	5			●カレー粉	0.03				●赤みそ	8	1			●酒	1		●塩	0.4		
(焼)たこナゲット スラッピージョー	豚ひき肉 人参 玉ねぎ	●こしょう	0.01	6	(焼)春巻き ツナサラダ	米油	0.2	6	(焼)さわらのおろししょうがかけ 春雨の中華炒め	米油	0.2	6	あおさ入り厚焼き卵 鶏肉とキャベツのソテー	米油	0.2	6	七タゼリー 豚肉とピーマンの炒め物	米油	0.2	6								
		●米粉	3	5			▲春巻き	1個			1	●酒			1.5				●豆腐	10	1	●豆腐	10	1	●豆腐	10	1	
		米油	2	6			米油	0.2			6	●漬口しょうゆ			4				●漬口しょうゆ	4		●漬口しょうゆ	4		●漬口しょうゆ	4		
		●コンソメ	0.01	3			米油	0.01				塩			0.2				塩	0.2		塩	0.2		塩	0.2		
		●豆腐	2				●マヨネーズ風ドレッシング	3			6	●こしょう			0.025	6			●こしょう	0.025	6	●こしょう	0.025	6	●こしょう	0.025	6	
		●豆腐	30	2			玉ねぎ	10			3	●さくらんぼ			1	5			●さくらんぼ	1	5	●さくらんぼ	1	5	●さくらんぼ	1	5	
		●豆腐	10	3			きゅうり	10			4	米油			0.025	6			米油	0.025	6	米油	0.025	6	米油	0.025	6	
		●豆腐	30	4			砂糖	10			4	●豆腐			1.7	5			●豆腐	1.7	5	●豆腐	1.7	5	●豆腐	1.7	5	
		●豆腐	5				砂糖	2.25			5	米油			0.2	6			米油	0.2	6	米油	0.2	6	米油	0.2	6	
		いちごとりんごのジャム きゅうりのピクルス	●赤ワイン ●ウスターソース 塩 こしょう	1.2				枝豆とコーンのソテー			●赤ワイン ●ウスターソース 塩 こしょう	1.2				春雨の中華炒め			●赤ワイン ●ウスターソース 塩 こしょう	1.2		あま夏みかん缶	●赤ワイン ●ウスターソース 塩 こしょう	1.2		七タゼリー 豚肉とピーマンの炒め物	●赤ワイン ●ウスターソース 塩 こしょう	1.2
0.16				●豆腐	5		●豆腐		5			●豆腐	5		●豆腐		5			●豆腐	5							
0.01				●豆腐	5		●豆腐		5			●豆腐	5		●豆腐		5			●豆腐	5							
				●豆腐	5		●豆腐		5			●豆腐	5		●豆腐		5			●豆腐	5							
				●豆腐	5		●豆腐		5			●豆腐	5		●豆腐		5			●豆腐	5							
				●豆腐	5		●豆腐		5			●豆腐	5		●豆腐		5			●豆腐	5							
				●豆腐	5		●豆腐		5			●豆腐	5		●豆腐		5			●豆腐	5							
				●豆腐	5		●豆腐		5			●豆腐	5		●豆腐		5			●豆腐	5							
				●豆腐	5		●豆腐		5			●豆腐	5		●豆腐		5			●豆腐	5							
				●豆腐	5		●豆腐		5			●豆腐	5		●豆腐		5			●豆腐	5							
半夏生メニュー	コッペパン 牛乳 じゃがいものミルクスープ	●コッペパン	1個	5	ごはん 牛乳 牛丼	米	100	5	ごはん 牛乳 豚肉のマスタード炒め	米	100	5	ごはん 牛乳 マーボー厚揚げ	米	100	5	ごはん 牛乳 とうがんのすまし汁	米	100	5								
		○牛乳	1本	2		○牛乳	1本	2		○牛乳	1本	2		○牛乳	1本	2		○牛乳	1本	2								
		●ショルダーベーコン	10	1		豚肉	30	1		豚肉	30	1		豚肉	30	1		豚肉	30	1	豚肉	30	1					
		じゃがいも	30	5		●糸こんにゃく	30	5		人参	25	3		●厚揚げ	60	1		▲星型かまぼこ	5	1	▲とうがん	30	4					
		人参	8	3		人参	15	3		玉ねぎ	45	4		人参	25	3		とうがん	30	4	人参	10	3					
		玉ねぎ	15	4		玉ねぎ	65	4		キャベツ	40	4		玉ねぎ	60	4		玉ねぎ	15	4	玉ねぎ	3	3					
		ハセリ	0.01	3		青ねぎ	10	3		さやいんげん	10	3		にんにく	0.2	4		●削り節	4		●出し昆布	0.8						
		●コンソメ	2			しょうが	0.5	4		エリンギ	20	4		しょうが	1	4		●赤みそ	8	1	●みりん	0.5						
		○牛乳	30	2		●酒	1.5			▲つぶ入りマスタード	2.5			にんにく	0.2	4		●トマトケチャップ	5.7		●薄口しょうゆ	2.5						
		塩	0.2	2		砂糖	4	5		●カレー粉	0.03			●赤みそ	8	1		●酒	1		●塩	0.4						
7月8日(水)	(焼)たこナゲット スラッピージョー	豚ひき肉 人参 玉ねぎ	●こしょう	0.01	6	(焼)春巻き ツナサラダ	米油	0.2	6	(焼)さわらのおろししょうがかけ 春雨の中華炒め	米油	0.2	6	あおさ入り厚焼き卵 鶏肉とキャベツのソテー	米油	0.2	6	七タゼリー 豚肉とピーマンの炒め物	米油	0.2	6							
			●米粉	3	5			▲春巻き	1個			1	●酒			1.5				●豆腐	10	1	●豆腐	10	1	●豆腐	10	1
			米油	2	6			米油	0.2			6	●漬口しょうゆ			4				●漬口しょうゆ	4		●漬口しょうゆ	4		●漬口しょうゆ	4	
			●コンソメ	0.01	3			米油	0.01				塩			0.2				塩	0.2		塩	0.2		塩	0.2	
			●豆腐	2				●マヨネーズ風ドレッシング	3			6	●こしょう			0.025	6			●こしょう	0.025	6	●こしょう	0.025	6	●こしょう	0.025	6
			●豆腐	30	2			玉ねぎ	10			3	●さくらんぼ			1	5			●さくらんぼ	1	5	●さくらんぼ	1	5	●さくらんぼ	1	5
			●豆腐	10	3			きゅうり	10			4	米油			0.025	6			米油	0.025	6	米油	0.025	6	米油	0.025	6
			●豆腐	30	4			砂糖	10			4	●豆腐			1.7	5			●豆腐	1.7	5	●豆腐	1.7	5	●豆腐	1.7	5
			●豆腐	5				砂糖	2.25			5	米油			0.2	6			米油	0.2	6	米油	0.2	6	米油	0.2	6
			いちごとりんごのジャム きゅうりのピクルス	●赤ワイン ●ウスターソース 塩 こしょう	1.2				枝豆とコーンのソテー			●赤ワイン ●ウスターソース 塩 こしょう	1.2				春雨の中華炒め			●赤ワイン ●ウスターソース 塩 こしょう	1.2		あま夏みかん缶	●赤ワイン ●ウスターソース 塩 こしょう	1.2		七タゼリー 豚肉とピーマンの炒め物	●赤ワイン ●ウスターソース 塩 こしょう
0.16		●豆腐			5		●豆腐	5			●豆腐		5		●豆腐	5			●豆腐		5							
0.01		●豆腐			5		●豆腐	5			●豆腐		5		●豆腐	5			●豆腐		5							
		●豆腐			5		●豆腐	5			●豆腐		5		●豆腐	5			●豆腐		5							
		●豆腐			5		●豆腐	5			●豆腐		5		●豆腐	5			●豆腐		5							
		●豆腐			5		●豆腐	5			●豆腐		5		●豆腐	5			●豆腐		5							
		●豆腐			5		●豆腐	5			●豆腐		5		●豆腐	5			●豆腐		5							
		●豆腐			5		●豆腐	5			●豆腐		5		●豆腐	5			●豆腐		5							
		●豆腐			5		●豆腐	5			●豆腐		5		●豆腐	5			●豆腐		5							
		●豆腐			5		●豆腐	5			●豆腐		5		●豆腐	5			●豆腐		5							
7月15日(水)	コッペパン 牛乳 じゃがいものミルクスープ	●コッペパン	1個	5	ごはん 牛乳 牛丼	米	100	5	ごはん 牛乳 豚肉のマスタード炒め	米	100	5	ごはん 牛乳 マーボー厚揚げ	米	100	5	ごはん 牛乳 とうがんのすまし汁	米	100	5								
		○牛乳	1本	2		○牛乳	1本	2		○牛乳	1本	2		○牛乳	1本	2		○牛乳	1本	2								
		●ショルダーベーコン	10	1		豚肉	30	1		豚肉	30	1		豚肉	30	1		豚肉	30	1	豚肉	30	1					
		じゃがいも	30	5		●糸こんにゃく	30	5		人参	25	3		●厚揚げ	60	1		▲星型かまぼこ	5	1	▲とうがん	30	4					
		人参	8	3		人参	15	3		玉ねぎ	45	4		人参	25	3		とうがん	30	4	人参	10	3					
		玉ねぎ	15	4		玉ねぎ	65	4		キャベツ	40	4		玉ねぎ	60	4		玉ねぎ	15	4	玉ねぎ	3	3					
		ハセリ	0.01	3		青ねぎ	10	3		さやいんげん	10	3		にんにく	0.2	4		●削り節	4		●出し昆布	0.8						
		●コンソメ	2			しょうが	0.5	4		エリンギ	20	4		しょうが	1	4		●赤みそ	8	1	●みりん	0.5						
		○牛乳	30	2		●酒	1.5			▲つぶ入りマスタード	2.5			にんにく	0.2	4		●トマトケチャップ	5.7		●薄口しょうゆ	2.5						
		塩	0.2	2		砂糖	4	5		●カレー粉	0.03			●赤みそ	8	1		●酒	1		●塩	0.4						
(焼)たこナゲット スラッピージョー	豚ひき肉 人参 玉ねぎ	●こしょう	0.01	6	(焼)春巻き ツナサラダ	米油	0.2	6	(焼)さわらのおろししょうがかけ 春雨の中華炒め	米油	0.2	6	あおさ入り厚焼き卵 鶏肉とキャベツのソテー	米油	0.2	6	七タゼリー 豚肉とピーマンの炒め物	米油	0.2	6								
		●米粉	3	5			▲春巻き	1個			1	●酒			1.5				●豆腐	10	1	●豆腐	10	1	●豆腐	10	1	
		米油	2	6			米油	0.2			6	●漬口しょうゆ			4				●漬口しょうゆ	4		●漬口しょうゆ	4		●漬口しょうゆ	4		
		●コンソメ	0.01	3			米油	0.01				塩			0.2				塩	0.2		塩	0.2		塩	0.2		
		●豆腐	2				●マヨネーズ風ドレッシング	3			6	●こしょう			0.025	6			●こしょう	0.025	6	●こしょう	0.025	6	●こしょう	0.025	6	
		●豆腐	30	2			玉ねぎ	10			3	●さくらんぼ			1	5			●さくらんぼ	1	5	●さくらんぼ	1	5	●さくらんぼ	1	5	
		●豆腐	10	3			きゅうり	10			4	米油			0.025	6			米油	0.025	6	米油	0.025	6	米油	0.025	6	
		●豆腐	30	4			砂糖	10			4	●豆腐			1.7	5			●豆腐	1.7	5	●豆腐	1.7	5	●豆腐	1.7	5	
		●豆腐	5				砂糖	2.25			5	米油			0.2	6			米油	0.2	6	米油	0.2	6	米油	0.2	6	
		いちごとりんごのジャム きゅうりのピクルス	●赤ワイン ●ウスターソース 塩 こしょう	1.2				枝豆とコーンのソテー			●赤ワイン ●ウスターソース 塩 こしょう	1.2				春雨の中華炒め			●赤ワイン ●ウスターソース 塩 こしょう	1.2		あま夏みかん缶	●赤ワイン ●ウスターソース 塩 こしょう	1.2		七タゼリー 豚肉とピーマンの炒め物	●赤ワイン ●ウスターソース 塩 こしょう	1.2
0.16				●豆腐	5		●豆腐		5			●豆腐	5		●豆腐		5			●豆腐	5							
0.01				●豆腐	5		●豆腐		5			●豆腐	5		●豆腐		5			●豆腐	5							
				●豆腐	5		●豆腐		5			●豆腐	5		●豆腐		5			●豆腐	5							
				●豆腐	5		●豆腐		5			●豆腐	5		●豆腐		5			●豆腐	5							
				●豆腐	5		●豆腐		5			●豆腐	5		●豆腐		5			●豆腐	5							
				●豆腐	5		●豆腐		5			●豆腐	5		●豆腐		5			●豆腐	5							
				●豆腐	5		●豆腐		5			●豆腐	5		●豆腐		5			●豆腐	5							
				●豆腐	5		●豆腐		5			●豆腐	5		●豆腐		5			●豆腐	5							
				●豆腐	5		●豆腐		5			●豆腐	5		●豆腐		5			●豆腐	5							
半夏生メニュー	コッペパン 牛乳 じゃがいものミルクスープ	●コッペパン	1個	5	ごはん 牛乳 牛丼	米	100	5	ごはん 牛乳 豚肉のマスタード炒め	米	100	5	ごはん 牛乳 マーボー厚揚げ	米	100	5	ごはん 牛乳 とうがんのすまし汁	米	100	5								
		○牛乳	1本	2		○牛乳	1本	2		○牛乳	1本	2		○牛乳	1本	2		○牛乳	1本	2								
		●ショルダーベーコン	10	1		豚肉	30	1		豚肉	30	1		豚肉	30	1		豚肉	30	1	豚肉	30	1					
		じゃがいも	30	5		●糸こんにゃく	30	5		人参	25	3		●厚揚げ	60	1		▲星型かまぼこ	5	1	▲とうがん	30	4					
		人参	8	3		人参	15	3		玉ねぎ	45	4		人参	25	3		とうがん	30	4	人参	10	3					
		玉ねぎ																										

中学校給食予定献立表

令和8年(2026年)7月(A献立)

庄内さくら学園(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
7月15日(水)	コッペパン 飲むヨーグルト コンソメスープ (後)鶏肉のレモンソースかけ ラタトゥイユ ミルククリーム マッシュポテト	●コッペパン	1個	5	7月16日(木)	ごはん 牛乳 パチ汁 (揚)かつめし くきわかめの炒め物 キャベツのソテー	米	100	5
		○飲むヨーグルト	1本	2			○牛乳	1本	2
		豚肉	15	1			鶏肉	10	1
		●アルファベットマカロニ	2.5	5			▲かまぼこ	5	1
		人参	10	3			▲そうめんのパチ	5	5
		玉ねぎ	20	4			人参	10	3
		えのきたけ	10	4			玉ねぎ	20	4
		パセリ	0.01	3			青ねぎ	3	3
		●コンソメ	1.7				干しいたけ	0.3	4
		●薄口しょうゆ	1.5				●削り節	2	
		塩	0.2				●出し昆布	0.5	
		こしょう	0.01				●薄口しょうゆ	1.6	
		米油	0.2	6			塩	0.4	
		鶏肉	2個	1			米油	0.2	6
		塩	0.05				▲どんかつ	2個	1
8月26日(水)	コッペパン 飲むヨーグルト コンソメスープ (後)鶏肉のレモンソースかけ ラタトゥイユ ミルククリーム マッシュポテト	●コッペパン	1個	5	8月27日(木)	ごはん 牛乳 パチ汁 (揚)かつめし くきわかめの炒め物 キャベツのソテー	米	100	5
		○飲むヨーグルト	1本	2			○牛乳	1本	2
		豚肉	15	1			鶏肉	10	1
		●アルファベットマカロニ	2.5	5			▲かまぼこ	5	1
		人参	10	3			▲そうめんのパチ	5	5
		玉ねぎ	20	4			人参	10	3
		えのきたけ	10	4			玉ねぎ	20	4
		パセリ	0.01	3			青ねぎ	3	3
		●コンソメ	1.7				干しいたけ	0.3	4
		●薄口しょうゆ	1.5				●削り節	2	
		塩	0.2				●出し昆布	0.5	
		こしょう	0.01				●薄口しょうゆ	1.6	
		米油	0.2	6			塩	0.4	
		鶏肉	2個	1			米油	0.2	6
		塩	0.05				▲どんかつ	2個	1

暑さに負けず、夏を元気に過ごそう!

いよいよ夏本番を迎えようとしています。暑いからと、クーラーの効いた部屋でゴロゴロしたり、冷たい物ばかり飲んだり食べたりしていると、体がだるくなり、夏バテしてしまいます。もうすぐ夏休みが始まりますが、学校がある時と同じように早寝・早起きを心がけ、食事をしっかり食べて、元気いっぱいの楽しい毎日を過ごしてほしいと思います。

夏を元気に過ごすには

朝・昼・夕の3食を規則正しくとる



★塾などで夕食が遅くなる場合は、2回に分けて食べるなどの工夫をしましょう。

主食・主菜・副菜をそろえた食事を心がける



★夏野菜など、旬の食材を取り入れましょう。

早寝・早起きをし、日中は体を動かす



★夜ふかしや、夜遅くに食べることは控えましょう。

夏にとりたいたい栄養素と多く含む食べ物

ビタミンB1

豚肉、玄米・胚芽米、大豆など

ビタミンC

野菜、果物、いも類など



<2学期>

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
8月26日(水)	コッペパン 牛乳 ミネストローネ (揚)フライドチキン キャベツとハムのソテー チョコレートクリーム	●コッペパン	1個	5	8月27日(木)	ごはん 牛乳 トックススープ 大根サラダ	米	100	5
		○牛乳	1本	2			○牛乳	1本	2
		豚肉	10	1			鶏肉	10	1
		●サイズマカロニ	5	5			▲トック	20	5
		●じゃがいも	25	5			人参	10	3
		人参	10	3			玉ねぎ	20	4
		玉ねぎ	20	4			青ねぎ	3	3
		パセリ	0.01	3			●チキンスープ	8	
		●ホークスー	5				●薄口しょうゆ	1.6	
		トマトジュース	30	3			塩	0.6	
		●トマトソース	10				こしょう	0.025	
		砂糖	0.2	5			米油	0.2	6
		●薄口しょうゆ	1.6				▲コーンしゅうまい	2個	1
		塩	0.6				●豚ひき肉	12	1
9月1日(水)	コッペパン 牛乳 ミネストローネ (揚)フライドチキン キャベツとハムのソテー チョコレートクリーム	●コッペパン	1個	5	9月2日(木)	ごはん 牛乳 トックススープ 大根サラダ	米	100	5
		○牛乳	1本	2			○牛乳	1本	2
		豚肉	10	1			鶏肉	10	1
		●サイズマカロニ	5	5			▲トック	20	5
		●じゃがいも	25	5			人参	10	3
		人参	10	3			玉ねぎ	20	4
		玉ねぎ	20	4			青ねぎ	3	3
		パセリ	0.01	3			●チキンスープ	8	
		●ホークスー	5				●薄口しょうゆ	1.6	
		トマトジュース	30	3			塩	0.6	
		●トマトソース	10				こしょう	0.025	
		砂糖	0.2	5			米油	0.2	6
		●薄口しょうゆ	1.6				▲コーンしゅうまい	2個	1
		塩	0.6				●豚ひき肉	12	1

冷たい物のとり過ぎに気をつける

★おなかを壊したり、食欲がなくなったりする原因になります。



こまめな水分補給を心がける

★汗をたくさんかいたときには、塩分も一緒にとりましょう。

