

小学校給食予定献立表

令和8年(2026年)7・8月(A献立)

義務教育学校(前期課程)含む
豊中市教育委員会

お問い合わせ

(6843)~9101 学校給食課

(6151)~4107 原田南学校給食センター

(6152)~9501 走井学校給食センター

<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「小学校給食用半製品・加工品の配合表」に記載している食品

●当年度分の「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

栄養三色

■赤・・・からだをつくる食品

■黄・・・熱や力のもとになる食品

■緑・・・からだの調子を整える食品

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)	栄養三色	実施日	献立名	食品名	重量(g)	栄養三色	実施日	献立名	食品名	重量(g)	栄養三色	実施日	献立名	食品名	重量(g)	栄養三色									
7月1日(水)	ごはん ぎゅうにゅう たこボールのすましじる	●こめ	70	黄	7月2日(木)	ミルクツイスト ぎゅうにゅう ニョッキのケチャップに	●ミルクツイスト	1c	黄	7月6日(月)	ごはん ぎゅうにゅう かんこくのり たまごいりコンソースープ	●こめ	70	黄	7月7日(火)	ごはん ぎゅうにゅう たなばたゼリー(直送)	●こめ	70	黄									
		○ぎゅうにゅう	11ぼん	赤			○ぎゅうにゅう	11ぼん	赤			○ぎゅうにゅう	11ぼん	赤			○ぎゅうにゅう	11ぼん	赤	○ぎゅうにゅう	11ぼん	赤	○ぎゅうにゅう	11ぼん	赤			
		▲たこボール	30	赤			▲ぶたにく	20	赤			▲ほしがたかまほこ	5	赤			▲ほしがたかまほこ	5	赤	▲ほしがたかまほこ	5	赤	▲ほしがたかまほこ	5	赤			
		にんじん	5	緑			ニョッキ	30	黄			たまご	10	赤			●ピーマン	5	赤	▲たまご	10	赤	▲たまご	10	赤	▲たまご	10	赤
		たまねぎ	25	緑			にんじん	20	緑			にんじん	5	緑			●にんじん	5	緑	たまねぎ	5	緑	たまねぎ	5	緑	たまねぎ	5	緑
		あおなぎ	5	緑			プロックリー	35	緑			たまねぎ	20	緑			たまねぎ	20	緑	たまねぎ	20	緑	たまねぎ	20	緑	たまねぎ	20	緑
		だしこんぶ	0.2	緑			エリンギ	15	緑			どうもろこし	5	緑			●だしパック	2	黄	●だしパック	2	黄	●だしパック	2	黄	●だしパック	2	黄
		●だしパック	2	黄			●トマトケチャップ	11	黄			●トマトソース	7	緑			●チキンスープ	8	黄	●しょうゆ	1.5	黄	●しょうゆ	1.5	黄	●しょうゆ	1.5	黄
		●しょうゆ	1.5	黄			●トマトソース	11	黄			●ウスターソース	2	黄			●でんぶん	1	黄	●しょうゆ	1.5	黄	●しょうゆ	1.5	黄	●しょうゆ	1.5	黄
		しお	0.5	黄			●ウスターソース	2	黄			しお	0.005	黄			●トマトソース	11	黄	●しょうゆ	1.5	黄	●しょうゆ	1.5	黄	●しょうゆ	1.5	黄
		さば	1きれ	赤			こしょう	0.025	黄			●トマトソース	11	黄			●トマトソース	11	黄	●トマトソース	11	黄	●トマトソース	11	黄	●トマトソース	11	黄
		しお	0.1	黄			なたねあぶら	0.1	黄			●トマトソース	11	黄			●トマトソース	11	黄	●トマトソース	11	黄	●トマトソース	11	黄	●トマトソース	11	黄
●やきふた	10	赤	●チキンナゲット	▲チキンナゲット	▲チキンナゲット	▲チキンナゲット	▲チキンナゲット	▲チキンナゲット	▲チキンナゲット	▲チキンナゲット	▲チキンナゲット	▲チキンナゲット	▲チキンナゲット	▲チキンナゲット	▲チキンナゲット	▲チキンナゲット	▲チキンナゲット	▲チキンナゲット	▲チキンナゲット	▲チキンナゲット								
にんじん	5	緑	サイダーゼリー	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)								
きんどうまめ	5	緑	サイダーゼリー	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)								
もやし	25	緑	サイダーゼリー	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)								
しらすずりごま	1.5	黄	サイダーゼリー	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)								
さとう	1.5	黄	サイダーゼリー	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)								
●す	1	黄	サイダーゼリー	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)								
●しょうゆ	1.5	黄	サイダーゼリー	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)								
しお	0.1	黄	サイダーゼリー	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)								
こしょう	0.015	黄	サイダーゼリー	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)								
なたねあぶら	0.1	黄	サイダーゼリー	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)								
栄養価	600 kcal	26.3 g	21.5 g	2.1 g	234 mg	77 mg	1.7 mg	173 mg	0.32 mg	0.52 mg	2.5 mg	2.5 mg	70 mg	12 mg	0.12 mg	0.025 mg	0.015 mg	0.1 mg	0.1 mg	0.1 mg								
7月8日(水)	わかめごはん ぎゅうにゅう ぶたにく	●こめ	70	黄	7月9日(木)	ごはん ぎゅうにゅう ミルククリーム レタスとはるさめのスープ	●こめ	70	黄	7月10日(金)	ごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ	●こめ	70	黄	7月13日(月)	ごはん ぎゅうにゅう あさりのみそじる	●こめ	70	黄									
		▲わかめごはんのもと	2.2	黄			▲わかめごはんのもと	2.2	黄			▲わかめごはんのもと	2.2	黄			▲わかめごはんのもと	2.2	黄	▲わかめごはんのもと	2.2	黄	▲わかめごはんのもと	2.2	黄			
		○ぎゅうにゅう	11ぼん	赤			○ぎゅうにゅう	11ぼん	赤			○ぎゅうにゅう	11ぼん	赤			○ぎゅうにゅう	11ぼん	赤	○ぎゅうにゅう	11ぼん	赤	○ぎゅうにゅう	11ぼん	赤	○ぎゅうにゅう	11ぼん	赤
		ぶたにく	15	赤			●ミルククリーム	1.5c	赤			ぶたにく	10	赤			●ほうさめ	2	黄	ぶたにく	12	赤	▲あり	10	赤	▲あり	10	赤
		●うすあげ	3	赤			●ほうさめ	2	黄			●ほうさめ	20	赤			●にんじん	30	赤	●うすあげ	3	赤	▲こめコマコロニ	3	黄	▲こめコマコロニ	3	黄
		●いたこんぶ	5	赤			●にんじん	10	緑			●にんじん	10	緑			●たまねぎ	45	緑	●たまねぎ	30	緑	●たまねぎ	30	緑	●たまねぎ	30	緑
		じゃがいも	20	黄			●たまねぎ	15	緑			●たまねぎ	15	緑			●たまねぎ	5	緑	●たまねぎ	5	緑	●たまねぎ	5	緑	●たまねぎ	5	緑
		にんじん	5	緑			レタス	20	緑			レタス	20	緑			●えのきたけ	5	緑	●えのきたけ	5	緑	●えのきたけ	5	緑	●えのきたけ	5	緑
		たまねぎ	10	緑			しめじ	5	緑			しめじ	5	緑			●おろしにんにく	0.2	黄	●おろしにんにく	0.2	黄	●おろしにんにく	0.2	黄	●おろしにんにく	0.2	黄
		あおなぎ	5	緑			●ポークスープ	5	黄			●ポークスープ	5	黄			●ポークスープ	5	黄	●ポークスープ	5	黄	●ポークスープ	5	黄	●ポークスープ	5	黄
		●にぼし	0.4	赤			しお	0.6	黄			しお	0.6	黄			●でんぶん	10	黄	●でんぶん	10	黄	●でんぶん	10	黄	●でんぶん	10	黄
		●みそ	7.5	黄			こしょう	0.025	黄			こしょう	0.025	黄			●トウモロコシ	0.08	黄	●トウモロコシ	0.08	黄	●トウモロコシ	0.08	黄	●トウモロコシ	0.08	黄
なたねあぶら	0.1	黄	●しょうゆ	1.6	黄	●しょうゆ	1.6	黄	●チメンジヤン	1.5	黄	●チメンジヤン	1.5	黄	▲とよなかやさいいりコロッケ	1c	黄	▲とよなかやさいいりコロッケ	1c	黄								
しらすみずかなのフリッター	50	赤	なたねあぶら	0.1	黄	なたねあぶら	0.025	黄	●こなさんよう	0.025	黄	●こなさんよう	0.025	黄	●こなさんよう	0.025	黄	●こなさんよう	0.025	黄								
ななねあぶら	7.5	黄	●トマトソース	2	黄	●トマトソース	2	黄	●トマトソース	2	黄	●トマトソース	2	黄	●トマトソース	2	黄	●トマトソース	2	黄								
さきみ(レトルト)	15	赤	●ウスターソース	2	黄	●ウスターソース	2	黄	●ウスターソース	2	黄	●ウスターソース	2	黄	●ウスターソース	2	黄	●ウスターソース	2	黄								
もやし	10	緑	しお	0.2	黄	しお	0.2	黄	●さけ(酒)	1	黄	●さけ(酒)	1	黄	●さけ(酒)	1	黄	●さけ(酒)	1	黄								
きゅうり	20	緑	こしょう	0.015	黄	こしょう	0.015	黄	●さけ(酒)	1	黄	●さけ(酒)	1	黄	●さけ(酒)	1	黄	●さけ(酒)	1	黄								
さとう	1.5	黄	なたねあぶら	0.1	黄	なたねあぶら	0.1	黄	●さけ(酒)	1	黄	●さけ(酒)	1	黄	●さけ(酒)	1	黄	●さけ(酒)	1	黄								
●す	2	黄	サイダーゼリー	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)								
●しょうゆ	2	黄	サイダーゼリー	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)								
しお	0.05	黄	サイダーゼリー	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)	▲サイダーゼリー(角切り)								
栄養価	679 kcal	25.1 g	29.5 g	2.6 g	286 mg	77 mg	1.8 mg	139 mg	0.32 mg	0.46 mg	15 mg	4.1 mg	672 kcal	34.4 g	29.7 g	2.5 g	353 mg	85 mg	1.7 mg	208 mg	0.53 mg	0.56 mg	10 mg	5.3 mg				
7月14日(火)	(横)しらすみずかなのフリッター さきみときゅうりのすのもの	●こめ	70	黄	7月15日(水)	ごはん ぎゅうにゅう ミルククリーム レタスとはるさめのスープ	●こめ	70	黄	7月16日(木)	ごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ	●こめ	70	黄	7月17日(金)	ごはん ぎゅうにゅう あさりのみそじる	●こめ	70	黄									
		▲わかめごはんのもと	2.2	黄			▲わかめごはんのもと	2.2	黄			▲わかめごはんのもと	2.2	黄			▲わかめごはんのもと	2.2	黄	▲わかめごはんのもと	2.2	黄						
		○ぎゅうにゅう	11ぼん	赤			○ぎゅうにゅう	11ぼん	赤			○ぎゅうにゅう	11ぼん	赤			○ぎゅうにゅう	11ぼん	赤	○ぎゅうにゅう	11ぼん	赤	○ぎゅうにゅう	11ぼん	赤	○ぎゅうにゅう	11ぼん	赤
		ぶたにく	15	赤			●ミルククリーム	1.5c	赤			ぶたにく	10	赤			●ほうさめ	2	黄	ぶたにく	12	赤	▲あり	10	赤	▲あり	10	赤
		●うすあげ	3	赤			●ほうさめ	2	黄			●ほうさめ	20	赤			●にんじん	30	赤	●うすあげ	3	赤	▲こめコマコロニ	3	黄	▲こめコマコロニ	3	黄
		●いたこんぶ	5	赤			●にんじん	10	緑			●にんじん	10	緑			●たまねぎ	45	緑	●たまねぎ	30	緑	●たまねぎ	30	緑	●たまねぎ	30	緑
		じゃがいも	20	黄			●たまねぎ	15	緑			●たまねぎ	15	緑			●たまねぎ	5	緑	●たまねぎ	5	緑	●たまねぎ	5	緑			

小学校給食予定献立表

令和8年(2026年)7・8月(A献立)

義務教育学校(前期課程)含む
豊中市教育委員会

お問い合わせ
(6843)-9101 学校給食課
(6151)-4107 原田南学校給食センター
(6152)-9501 走井学校給食センター

<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「小学校給食用半製品・加工品の配合表」に記載している食品
●当年度分の「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

栄養三色
■赤・・・からだをつくる食品
■黄・・・熱や力のもとになる食品
■緑・・・からだの調子を整える食品

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)	栄養三色	実施日	献立名	食品名	重量(g)	栄養三色
7月15日(水)	ごはん ぎゆうにゆう なつやさいのこめチキンカレーライス	こめ	70	黄	7月16日(木)	コッペパン ぎゆうにゆう わかめスープ	コッペパン	1	黄
		ぎゆうにゆう	116	赤			ぎゆうにゆう	116	赤
		とり	20	赤			わかめスープ	10	赤
		にんじん	15	緑			にんじん	8	緑
		たまねぎ	50	緑			たまねぎ	25	緑
		なす	20	緑			▲たけのこ(水煮)	5	緑
		かぼちゃ	30	緑			えのきたけ	5	緑
		トマト	10	赤			●わかめ	0.5	赤
		オクラ	3	緑			●ポークスープ	5	赤
		つちしょうが	0.5	緑			●しょうゆ	1.6	赤
		おろしにんにく	0.3	緑			●しお	0.5	赤
		●ソテーオニオン	3	緑			こしょう	0.025	黄
		●おろしニンゴ	5	緑			なたねあぶら	0.1	黄
		●チキンスープ	10	赤			とりにく	50	赤
		●チャツネ	5	黄			つちしょうが	1	赤
●こめこ	2	黄	おろしにんにく	0.2	緑				
●さつきんカレー	0.3	黄	●さけ(蒲)	1	黄				
ターメリック	0.15	黄	●しょうゆ	2	赤				
●トマトケチャップ	4	赤	●でんぶ	11	黄				
●あかワイン	1	赤	なたねあぶら	5	赤				
●ウスターソース	1	赤	ふたにく	8	赤				
●とんかつソース	1	赤	●ちくわ	4	赤				
●しょうゆ	2.5	赤	●そくせきそば	10	黄				
しお	0.8	赤	にんじん	15	緑				
こしょう	0.025	黄	たまねぎ	15	緑				
なたねあぶら	0.1	黄	キャベツ	20	緑				
オムレツ	1	赤	もやし	8	赤				
れいとうみかん	1	赤	●ウスターソース	2	赤				
			●とんかつソース	2	赤				
			しお	0.05	赤				
			こしょう	0.015	黄				
			なたねあぶら	0.1	黄				

熱中症予防に「水分補給」と「朝ごはん」!

ジリジリと照りつける強い日差しに、本格的な夏の到来を感じます。この時期、特に気をつけなくてはならないのが熱中症です。“いつでも・どこでも・誰でも”発症する可能性があり、重症化すると命を落とすこともあります。熱中症予防のために、日ごろから体調を整え、こまめな水分補給を心がけることが大切です。また、睡眠不足や朝ごはん抜きの方は、熱中症のリスクが高まります。早寝・早起きを、必ず朝ごはんを食べましょう。

水分補給のポイント

水分補給の基本は水や麦茶で、汗をかいたときにはスポーツドリンクなども利用しましょう。

のどが渇いたと感じる前に飲む

コップ1杯程度をこまめに飲む

汗をたくさんかいたときには塩分も一緒にとる

ペットボトルは、飲みかけのまま放置すると細菌が増えて、食中毒を起こす危険性があります。口をつけたら早めに飲み切るようにしましょう。

水筒は、持ち帰ったらバッキン類を取り外して、それぞれ洗剤でよく洗い、しっかり乾かしましょう。

出典: 月刊「学校給食」

<2学期>

実施日	献立名	食品名	重量(g)	栄養三色	実施日	献立名	食品名	重量(g)	栄養三色	実施日	献立名	食品名	重量(g)	栄養三色
8月26日(水)	ごはん ぎゆうにゆう スープカレー	こめ	70	黄	8月27日(木)	コッペパン ぎゆうにゆう にくだんこのケチャップ	コッペパン	1	黄	8月31日(月)	ごはん ぎゆうにゆう たんたんビーフン	こめ	70	黄
		ぎゆうにゆう	116	赤			ぎゆうにゆう	116	赤			ぎゆうにゆう	116	赤
		とり	25	赤			▲にくだんこのケチャップ	35	赤			あいびきく	15	赤
		にんじん	15	緑			にんじん	20	赤			▲クイツイオ	6	黄
		たまねぎ	25	緑			たまねぎ	70	緑			にんじん	5	緑
		じゃがいも	30	黄			ブロッコリー	15	赤			▲たけのこ(水煮)	10	緑
		なす	20	緑			●エリンギ	10	緑			チンゲンサイ	15	緑
		つちしょうが	0.5	緑			●ポークスープ	5	赤			たまねぎ	10	緑
		おろしにんにく	0.3	緑			●トマトソース	11	赤			つちしょうが	0.5	緑
		●ソテーオニオン	3	緑			●あかワイン	1	赤			おろしにんにく	0.5	緑
		▲トマト(しとれ)	10	赤			●ウスターソース	2	赤			●ポークスープ	8	赤
		●だしパック	2	赤			こしょう	0.025	黄			●トウバンジャン	0.15	赤
		ふんまつこんぶ	0.2	赤			なたねあぶら	0.1	黄			●あかみそ	9	赤
		●チキンスープ	10	赤			▲しろみさかなのフリッター	50	黄			●みりん	2	黄
		●チャツネ	5	黄			●ウインナーソーセージ	15	赤			●かりごま	5	黄
●さつきんカレー	0.3	黄	たまねぎ	15	赤	しお	0.1	赤						
ターメリック	0.15	黄	とろろこし	15	赤	こしょう	0.025	黄						
●あかワイン	1	赤	しお	0.15	赤	●ごまあぶら	0.3	黄						
●ウスターソース	2	赤	なたねあぶら	0.1	黄	なたねあぶら	0.1	黄						
●とんかつソース	0.5	赤				●なたねあぶら	0.1	黄						
●しょうゆ	0.9	赤				●たまねぎ	60	赤						
しお	0.9	赤				●おろしにんにく	1.5	赤						
こしょう	0.025	黄				●チキンスープ	0.1	赤						
なたねあぶら	0.1	黄				●さけ(蒲)	1	黄						
かぼちゃ	50	緑				●しょうゆ	1.5	赤						
なたねあぶら	2.5	黄				●でんぶ	0.3	黄						
しお	0.1	赤				▲カラフルゼリー	70	黄						
えだまめ	▲えだまめ(大豆)	40	緑											

お知らせ

夏休み!学校給食センター
食育イベント開催!!

学校給食センター

①Let's!!クッキング
②Let's!!探検

みんなの応募、待ってまーす!!

詳細は 豊中市HPまで↓↓

https://www.city.toyonaka.osaka.jp/kosodate/gakkou/kyushoku/news_event/event/index.html