

の給食申し込みは

マークシート
4月15日(火)

インターネット
4月20日(日)

しめ切りです。

5月16～30日分は、インターネットのみ 5月5日(月)まで 追加予約ができます。
ごはんと牛乳(200ml)がつきます。給食のときはおはしを忘れずに!!



12日(月) サーモンフライ

大根ポトフ はくさいのおかか
カクテルゼリー ノンエッグタルタルソース

13日(火) 鶏のから揚げ

炒めビーフン 粉ふきいも
水菜とえのきのお浸し

14日(水) ハヤシライス

スピーンの日

きびなごのカリカリフライ
からし和え 甘夏みかん缶

15日(木) 天丼(えび・かき揚げ)

豚肉と大根の煮物 ほうれん草のごま和え
大豆のきな粉がらめ 天つゆ

16日(金) ビビンバ

スピーンの日

さつまいもの天ぷら うまゴマきゅうり
南蛮ごぼう炒め

19日(月) まぜたらわかめご飯

あじフライ キャベツのソース炒め
肉団子の甘辛 みかん缶

20日(火) 春 巻

チンゲン菜のナムル 鶏のチリソース煮
ナタデココ

21日(水) ウィンナーピラフ

NEW

コロッケ ツナサラダ チキンとかぼちゃの豆乳煮込み
ちくわのカレー炒め ごまドレッシング

スピーンの日

22日(木) ジャージャー麺

鮭のレモンソース 高野豆腐の煮物
小松菜のガーリック炒め

23日(金) 鶏の大豆フレーク焼き

リヨネーズポテト はくさいのさっぱり和え
パインアップル缶

26日(月) 蓮根メンチカツ

NEW

揚げパオズ マカロニのペペロンチーノ
よもぎあんだんご きゅうりの土佐煮

27日(火) ヤンニョムチキン

チョレギサラダ 照り焼きこんにやく
大学かぼちゃ

28日(水) いかのお好み揚げ

鶏肉とはくさいの煮物 れんこんのきんぴら
ココア豆

29日(木) 豚肉のから揚げねぎ塩だれ

ピリカラ小松菜 チャプチェ
マッシュさつま 厚揚げのみそ煮

30日(金) カツカレー

スピーンの日

はりはり漬け
シャインマスカットゼリー

1日(木) すき焼き

NEW

ちくわのコロコロ揚げ 大根漬け
八十八夜献立 加賀棒茶の豆乳ドーナツ お抹茶ふりかけ

2日(金) かつおメンチカツ

NEW

端午の節句

焼きかぼちゃ かしわ餅
チンゲン菜ともやしのソテー 厚揚げのそぼろあん

7日(水) ハムカツ

たらこんにやく パジルスパゲティ
さつまいものレモン煮 ひじきソテー

8日(木) 豚キムチ

かぼちゃコロッケ 切干大根の煮物
きゅうりとわかめの酢の物

9日(金) コッペパン

パンの日

てりやきチキン サワーソテー のり塩ポテト
ごまみつだんご チョコレートスプレッド

吹田市中学校給食予定献立表



令和 7年 5月

吹田市教育委員会
吹田市学校給食会

5月の給食費は4月15日(火)までに納付してください。
マークシートの申込みは4月15日(火)締切いです。
パソコン・携帯電話の申込みは、
1回目(1~30日分)は4月20日(日)締切り、
2回目(16~30日分)は5月5日(月)まで
追加予約できます。



配膳室での食券配付予定日

5月分(1回目) 4月24日(木)~28日(月)
5月分(2回目) 5月12日(月)~14日(水)

昼休みに配膳室で食券を配付します。生徒手帳と名札を持って、各自で忘れずに取りにきてください。(配付日は学校によって異なります。)

※1回目に予約完了した
16日以降の給食は
2回目の予約期間中でも
キャンセルできませんので
ご注意ください。

給食のときは
おはしを忘れずに！
「スプーンの日」は
おはしとスプーンがあると
食べやすい日です。



12 (月) サーモンフライ 大根ポトフ はくさいのおかか カクテルゼリー ノンエッグタルタルソース	13 (火) 鶏のから揚げ 炒めビーフン 粉ふきいも 水菜とえのきのお浸し	14 (水) ハヤシライス きびなごのカリカリフライ からし和え 甘夏みかん缶  スプーンの日	15 (木) 天丼 (えび・かき揚げ) 豚肉と大根の煮物 ほうれん草のごま和え 大豆のきな粉がらめ 天つゆ	16 (金) ビビンバ さつまいもの天ぷら うまゴマきゅうり 南蛮ごぼう炒め  スプーンの日
19 (月) まぜたらわかめご飯 あじフライ キャベツのソース炒め 肉団子の甘辛 みかん缶	20 (火) 春巻 チンゲン菜のナムル 鶏のチリソース煮 ナタデココ	21 (水) ウィンナーピラフ コロッケ ツナサラダ チキンとかぼちゃの豆乳煮込み <u>ちくわのカレー炒め</u> New!! ごまドレッシング  スプーンの日	22 (木) ジャージャー麺 鮭のレモンソース 高野豆腐の煮物 小松菜のガーリック炒め	23 (金) 鶏の大豆フ레이크焼き リヨネーズポテト はくさいのさっぱり和え パインアップル缶
26 (月) 蓮根メンチカツ <u>揚げパオズ</u> New!! マカロニのペペロンチーノ よもぎあんだんご きゅうりの土佐煮	27 (火) ヤンニョムチキン チョレギサラダ 照り焼きこんにゃく 大学かぼちゃ	28 (水) いかのお好み揚げ 鶏肉とはくさいの煮物 れんこんのきんぴら ココア豆	29 (木) 豚肉のから揚げねぎ塩だれ ピリカラ小松菜 チャプチェ マッシュさつま 厚揚げのみそ煮	30 (金) カツカレー はりはり漬け シャインマスカットゼリー  スプーンの日

定期テストや学校行事等により、学校ごとに給食の実施日は異なります。

献立表は吹田市全中学校共通です。予約カレンダー・マークシートに表示されていない日は、給食がありませんのでご注意ください。

吹田市中学校給食予約ホームページ

PC/スマホ <http://www.chugakukyu-suita.jp>

携 帯 <http://www.chugakukyu-suita.jp/m>



※こちらの
2次元コードから
も予約できます。

献立に含まれるアレルギー物質

※飲用牛乳・一部調味料（醤油、油、削り節）を除く

	特定原材料及びそれに準ずるもの〈28品目中〉										
使用日	卵	乳	小麦	えび	くま	大豆	豚肉	鶏肉	りんご	ごま	その他
5月1日(木)			○			○					牛肉
5月2日(金)			○			○		○			
5月7日(水)			○			○	○	○			
5月8日(木)			○			○	○				
5月9日(金)		○	○			○	○	○		○	
5月12日(月)			○			○	○	○	○		さけ もも
5月13日(火)							○	○		○	
5月14日(水)			○				○	○			
5月15日(木)			○	○		○	○			○	
5月16日(金)			○			○				○	牛肉
5月19日(月)			○			○	○	○		○	
5月20日(火)			○			○	○	○		○	
5月21日(水)			○			○	○	○		○	
5月22日(木)			○			○	○			○	牛肉 さけ
5月23日(金)						○	○	○			
5月26日(月)			○			○	○	○			
5月27日(火)						○		○		○	
5月28日(水)			○			○		○			いか
5月29日(木)						○	○			○	牛肉
5月30日(金)			○			○	○	○			

～ アレルギーに関するお知らせ ～

- ※(濃)しょうゆ・(薄)しょうゆ・油・揚げ油・削り節について
- ・【献立に含まれるアレルギー物質】に表記していません。
アレルギーは以下の表をご覧ください。
 - ・使用日は、【使用食材一覧表】をご確認ください。



	アレルギー物質
(濃)しょうゆ・(薄)しょうゆ	小麦・大豆
油・揚げ油	大豆
削り節	さば

- ※給食には「落花生」「そば」「かに」は使用していません。
 - ※揚げ物は本市の給食以外の多岐にわたる食材を、同じ油で調理しています。
 - ※加工食品などの原材料の詳細を希望される方はお問合せください。
- 吹田市教育委員会 保健給食室 06-6155-8153

長期欠席に伴う返金について



インフルエンザや入院等で、**連続して4日以上欠席する場合は、保健給食室へ連絡いただいた日から4日目（土日祝を除く）以降が返金の対象になります。**

※給食を申し込んでいる方で長期欠席する場合は、保健給食室まで電話でご連絡ください。

保健給食室への連絡日を起算日とします。
※事後の受付はできません。

※学級閉鎖・学校行事等で給食が中止になる場合は、保健給食室で対応しますので、個別の連絡は必要ありません。

1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目以降
(起算日)	(※土日祝を除く4日目以降の給食から返金可能)				
← 返金不可			返金可能 →		

※献立の材料は天候などの影響により、やむを得ず変更することがありますので、御了承下さい。

令和7年 5月

1(木)	たんぱく質	脂質	エネルギー	2(金)	たんぱく質	脂質	エネルギー	7(水)	たんぱく質	脂質	エネルギー	8(木)	たんぱく質	脂質	エネルギー
	29.1g	20.7g	771kcal		24.5g	20.6g	779kcal		23.8g	21.8g	818kcal		29.6g	22.1g	769kcal
ごはん すき焼き 牛肉、焼き麩、肉菜、人参、白ねぎ、しらたき油、(濃)しょうゆ、砂糖、みりん ちくわのコロコロ揚げ 揚げ油 大根揚げ 大根、米酢、砂糖、(薄)しょうゆ、(濃)しょうゆ 加賀棒茶の豆乳ドーナツ (冷)加賀棒茶の豆乳ドーナツ【豆乳、植物油脂揚げ油、大豆たん白、砂糖、おから、加賀棒茶パウダー、米粉他】 お抹茶ふりかけ	342kcal 134kcal 108kcal 18kcal 25kcal 7kcal	ごはん かつおメンチカツ (冷)かつお、揚げ油 焼きかぼちゃ かぼちゃ、卵、オリーブオイル かしわ餅 (冷)かしわ餅【こしあん、上新粉、砂糖他】 チンゲン菜ともやしのステーキ チンゲン菜、小大豆もやし、人参、油、(薄)しょうゆ塩、しょうゆ 厚揚げのそぼろあん 鶏肉、(冷)に厚揚げ、しょうゆ、(濃)しょうゆ砂糖、料理酒、みりん、削り節、澱粉	342kcal 140kcal 24kcal 67kcal 20kcal 49kcal	ごはん ハムカツ (冷)かつお、揚げ油 たらこんじゃく (冷)たらこ、しらたき、油、料理酒、(濃)しょうゆ卵、オリーブオイル、パスタソース、(薄)しょうゆ、塩、しょうゆ さつまいものレモン煮 さつまいも、レモン果汁、砂糖、塩 ひじきステーキ 豚肉、干ひじき、小松菜、人参、しょうゆ、コンニャク、オリーブオイル、(濃)しょうゆ、料理酒、塩、しょうゆ	342kcal 147kcal 9kcal 93kcal 76kcal 14kcal	ごはん 豚キムチ 豚肉、料理酒、(濃)しょうゆ、肉菜、人参、小松菜、油、豆腐板、かぼちゃコロッケ (冷)かつお、しょうゆ、揚げ油 切干大根の煮物 きざみ揚げ、人参、切干大根、(薄)しょうゆ料理酒、砂糖、削り節 きゅうりとわかめの酢の物 わかめ、きゅうり、米酢、砂糖、(薄)しょうゆ塩、削り節	342kcal 128kcal 116kcal 40kcal 6kcal								
9(金)	たんぱく質	脂質	エネルギー	12(月)	たんぱく質	脂質	エネルギー	13(火)	たんぱく質	脂質	エネルギー	14(水)	たんぱく質	脂質	エネルギー
コッパン(大盛不可) てりやきチキン 鶏肉、しょうゆ、料理酒、(濃)しょうゆ、みりん砂糖、澱粉 サウナーソー 豚肉、キャベツ、人参、油、米酢、塩、しょうゆ のり塩ポテト じゃがいも、澱粉、揚げ油、あおさ、塩 ごまみつだんご (冷)だんご、黒砂糖、砂糖、澱粉、ごまチョコレートスプレッド	342kcal 121kcal 34kcal 76kcal 58kcal 68kcal	ごはん サーモンフライ (冷)サーモンの、揚げ油 大根ポトフ ブロッコリー、大根、玉ねぎ、人参、パセリ (冷)鶏がらスープ、(薄)しょうゆ、料理酒、塩、しょうゆ はくさいのおかか 肉菜、ほうれん草、油、(濃)しょうゆ (薄)しょうゆ、塩、おかか カクトルゼリー (冷)新加坡ゼリー ノンエッグタルタルソース	342kcal 153kcal 73kcal 15kcal 25kcal 23kcal	ごはん 鶏のから揚げ 鶏肉、コンニャク、しょうゆ、(濃)しょうゆ、料理酒 澱粉、揚げ油 炒めビーフン 豚肉、料理酒、(濃)しょうゆ、ピーマン、キャベツ 玉ねぎ、人参、青ねぎ、干し椎茸、油、オリーブオイル、塩、しょうゆ、ごま油 粉ふきもち じゃがいも、パセリ、塩、しょうゆ 水菜とえのきのお浸し きょうな、えのき、人参、(薄)しょうゆ、砂糖みりん、削り節	342kcal 235kcal 72kcal 98kcal 30kcal 16kcal	ごはん ハヤシライス 豚肉、鶏がら、玉ねぎ、人参、ごぼう、しめじ油、小麦粉、ケチャップ、トマトソース、ケチャップ(濃)しょうゆ、塩、しょうゆ きびなごのカリカリフライ (冷)きびなごの削り節、揚げ油 からし和え キャベツ、人参、油、(薄)しょうゆ、米酢、砂糖からし 甘夏みかん缶	342kcal 167kcal 98kcal 25kcal 19kcal								
15(木)	たんぱく質	脂質	エネルギー	16(金)	たんぱく質	脂質	エネルギー	19(月)	たんぱく質	脂質	エネルギー	20(火)	たんぱく質	脂質	エネルギー
ごはん えびの天ぷら (冷)えび、小麦粉、澱粉、塩、揚げ油 ちくわとじゃがいものかき揚げ 焼き竹輪、じゃがいも、玉ねぎ、人参、みつば小麦粉、澱粉、おかか、揚げ油 豚肉と大根の煮物 豚肉、大根、人参、白ねぎ、しょうゆ、(濃)しょうゆ砂糖、みりん、削り節 ほうれん草のごま和え ほうれん草、(濃)しょうゆ、ごま、砂糖 大豆のきな粉がらめ 煎り大豆、砂糖、きな粉 天つゆ	342kcal 77kcal 107kcal 55kcal 31kcal 66kcal 5kcal	ごはん ビビンバ 牛肉、しょうゆ、コンニャク、油、ブロッコリー、砂糖、みりん (濃)しょうゆ、料理酒、赤だし味噌、ごまほうれん草、小大豆もやし、人参、ごま油 (薄)しょうゆ さつまいもの天ぷら さつまいも、小麦粉、澱粉、塩、揚げ油 うま煮きゅうり きゅうり、油、(濃)しょうゆ、塩、ごま、ごま油 南蛮ごぼう炒め ごぼう、油、米酢、(濃)しょうゆ、砂糖	342kcal 135kcal 132kcal 23kcal 38kcal	ごはん まぜたらわかれご飯 わかめ、コンニャク、ごま油、(濃)しょうゆ、みりんごま あじフライ (冷)アジ、揚げ油 キャベツのソース炒め キャベツ、油、トマトソース、しょうゆ、澱粉 肉団子の甘辛 (冷)肉団子、玉ねぎ、人参、しめじ、油 (濃)しょうゆ、砂糖、澱粉 みかん缶	342kcal 23kcal 166kcal 5kcal 91kcal 18kcal	ごはん 春巻 (冷)春巻、揚げ油 チンゲン菜のナムル 焼豚、チンゲン菜、人参、切干大根、(濃)しょうゆ塩、ごま、ごま油 鶏のチリソース煮 鶏肉、玉ねぎ、白ねぎ、しょうゆ、コンニャク、油、ケチャップ米酢、砂糖、料理酒、(濃)しょうゆ、塩、豆腐板しょうゆ、澱粉 ナタデココ	342kcal 200kcal 39kcal 81kcal 22kcal								
21(水)	たんぱく質	脂質	エネルギー	22(木)	たんぱく質	脂質	エネルギー	23(金)	たんぱく質	脂質	エネルギー	26(月)	たんぱく質	脂質	エネルギー
ウインナーピラフ(大盛不可) 米、ウインナー、玉ねぎ、油、(薄)しょうゆ、塩、人参 (冷)鶏がらスープ、しょうゆ (冷)アヒージョ、揚げ油 ツナサラダ サ、キャベツ、春巻、人参、油 チキンとかぼちゃの豆乳煮込み 鶏肉、かぼちゃ、かつおパウダー、玉ねぎ、人参パセリ、塩、しょうゆ、しょうゆ、豆乳 ちくわのカレー炒め 焼き竹輪、油、みりん、(濃)しょうゆ、カレー粉 ごまドレッシング	386kcal 167kcal 35kcal 44kcal 16kcal 39kcal	ごはん ジャージャー麺 中華麺、卵、オリーブオイル、豚肉、牛肉、玉ねぎ人参、青ねぎ、コンニャク、しょうゆ、ごま油、赤味噌(濃)しょうゆ、ケチャップ、砂糖 鮭のレモンソース (冷)鮭、澱粉、揚げ油、米酢、砂糖、(薄)しょうゆ塩、レモン汁 高野豆腐の煮物 高野豆腐、干し椎茸、(薄)しょうゆ、砂糖みりん、削り節 小松菜のガーリック炒め 小松菜、コンニャク、油、(濃)しょうゆ、砂糖	342kcal 214kcal 127kcal 57kcal 10kcal	ごはん 鶏の大豆フレック焼き 鶏肉、塩、しょうゆ、大豆フレーク、バター、オリーブオイル リヨネーズポテト 豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、卵、オリーブオイル、塩、しょうゆ はくさいのさっぱり和え 肉団子、玉ねぎ、人参、しめじ、油 (濃)しょうゆ、砂糖、澱粉 みかん缶	342kcal 178kcal 60kcal 23kcal 20kcal	ごはん 蓮根メンチカツ (冷)根菜入りメンチ、揚げ油 揚げハラス (冷)ハラス、揚げ油 マカロニのペペロンチーノ 豚肉、パプリカ、小松菜、玉ねぎ、コンニャク、卵、オリーブオイル (薄)しょうゆ、塩、唐辛子、しょうゆ よもぎあんどん (冷)よもぎあんどん、小豆、砂糖、塩 きゅうりの土佐煮 きゅうり、油、(薄)しょうゆ、おかか	342kcal 150kcal 55kcal 72kcal 132kcal 7kcal								
27(火)	たんぱく質	脂質	エネルギー	28(水)	たんぱく質	脂質	エネルギー	29(木)	たんぱく質	脂質	エネルギー	30(金)	たんぱく質	脂質	エネルギー
ごはん ヤンニョムチキン 鶏肉、料理酒、澱粉、揚げ油、コンニャク、油、ケチャップ、ブロッコリー、砂糖、(濃)しょうゆ、豆腐板、ごまきょうな、キャベツ、人参、(濃)しょうゆ、ごまごま油、塩 照り焼きこんにゃく こんにゃく、(濃)しょうゆ、砂糖 大学かぼちゃ かぼちゃ、黒砂糖、砂糖、(濃)しょうゆ、ごま澱粉	342kcal 265kcal 32kcal 15kcal 27kcal	ごはん いかのお好み揚げ (冷)いか、キャベツ、人参、小麦粉、あおさ揚げ油、ケチャップ、トマトソース、ケチャップ 鶏肉とはくさいの煮物 鶏肉、肉菜、人参、青ねぎ、(濃)しょうゆ、砂糖削り節 れんごんのきんぴら しょうゆ、人参、こんにゃく、油、(濃)しょうゆ砂糖、料理酒、みりん、唐辛子 ココロア 煎り大豆、砂糖、しょうゆ	342kcal 161kcal 68kcal 32kcal 66kcal	ごはん 豚肉のから揚げねぎ塩だれ 豚肉、コンニャク、しょうゆ、(濃)しょうゆ、料理酒しょうゆ、澱粉、揚げ油、白ねぎ、コンニャク、ごま油、塩 ピリカラ小松菜 小松菜、油、(濃)しょうゆ、砂糖、豆腐板、ごまごま油 チャプチェ 牛肉、砂糖、(濃)しょうゆ、人参、にら、干し椎茸コンニャク、しょうゆ、しらたき、油、みりん、塩、しょうゆ ごま、ごま油 マッシュさつま さつまいも、砂糖、塩 厚揚げのみそ煮 (冷)厚揚げ、赤味噌、砂糖、(濃)しょうゆ削り節、澱粉	342kcal 156kcal 19kcal 56kcal 75kcal 42kcal	ごはん カレー 豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、コンニャク、しょうゆ、小麦粉、(冷)オニオナー、ケチャップ、(濃)しょうゆトマトソース、コンニャク、カレー粉、塩、パセリ、タマリンドソース (冷)豚肉、しょうゆ、揚げ油 はりはり漬け 切干大根、米酢、砂糖、(薄)しょうゆ(濃)しょうゆ シャインマスカットゼリー	342kcal 167kcal 143kcal 27kcal 28kcal								

5 月の栄養価

	エネルギー	タンパク質	脂質	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩相当量
5 月 平 均 値	811kcal	15%	26%	368mg	108mg	4.09mg	284 μ gRE	0.45mg	0.55mg	35mg	5.8g	2.14 g
文部科学省基準	830kcal	13~20%	20~30%	450mg	120mg	4.00mg	300 μ gRAE	0.50mg	0.60mg	30mg	6.5g	2.5 g未満

