

7月の給食申し込みは

マークシート
6月16日(月)

インターネット
6月20日(金)

しめ切りです。

7月16日・17日分は、
インターネットのみ
7月5日(土)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!!

1日
(火)

すき焼き



たこメンチカツ わらび餅
水菜のごま和え

2日
(水)

鶏のから揚げ



豚肉と野菜のみそ炒め
きゅうりの土佐煮 かみかみ豆

3日
(木)

ハムステーキ



春雨ナポリタン 切干大根とほうれん草のナムル
フライドポテト シャインマスカットゼリー

4日
(金)

ハヤシライス



茎わかめのさっぱり和え
さばのカレー揚げ さつまいもの煮物 スプーンの日

7日
(月)

七夕冷麺



七夕献立

星形コロッケ まぜたらわかめごはん
厚揚げのそぼろあん ごまドレッシング

8日
(火)

豚肉のみそ焼き



NEW

ウインナーポトフ 高野豆腐の煮物
みかん缶

9日
(水)

いわしのかば焼き風



餅いなりのおろしがけ 小松菜のお浸し
金時豆の甘煮

10日
(木)

鶏のバーベキューソース



NEW

豚肉とはくさいの煮物 マッシュさつま
ピリカラこんにゃく

11日
(金)

デニッシュパン



パンの日

クリームシチュー サワーソテー
焼きかぼちゃ 甘辛ごぼう スプーンの日

14日
(月)

米粉の白身魚フライ



鶏のトマト煮込み
はくさいのゆかり和え ココア豆

15日
(火)

カレーライス



スプーンの日

かぼちゃコロッケ
小松菜とキャベツのソテー きゅうり漬け

16日
(水)

豆苗チヂミ



豚キムチスパゲティ 大根と人参の煮物
温州みかんゼリー

17日
(木)

アメリカンドッグ



リヨネーズポテト ひじきソテー
チンゲン菜のごま和え



18日(金)終業式

吹田市中学校給食予定献立表



令和 7年 7月

吹田市教育委員会
吹田市学校給食会

※ご注意ください!!

献立表は吹田市全中学校共通です。申込みができない日は学校行事などで給食の実施がない日です。

7 (月) セタ冷麺 星形コロッケ まぜたらわかめごはん 厚揚げのそぼろあん ごまドレッシング セタ献立	1 (火) すき焼き たこメンチカツ^{New!!} わらび餅 水菜のごま和え 半夏生	2 (水) 鶏のから揚げ 豚肉と野菜のみそ炒め きゅうりの土佐煮 かみかみ豆	3 (木) ハムステーキ 春雨ナポリタン^{New!!} 切干大根とほうれん草のナムル フライドポテト シャインマスカットゼリー	4 (金) ハヤシライス 茎わかめのさっぱり和え さばのカレー揚げ^{New!!} さつまいもの煮物 スプーンの日
14 (月) 米粉の白身魚フライ 鶏のトマト煮込み はくさいのゆかり和え ココア豆	8 (火) 豚肉のみそ焼き ウインナーポトフ^{New!!} 高野豆腐の煮物 みかん缶	9 (水) いわしのかば焼き風 餅いなりのおろしがけ 小松菜のお浸し 金時豆の甘煮	10 (木) 鶏のバーベキューソース 豚肉とはくさいの煮物^{New!!} マッシュさつま ピリカラこんにゃく	11 (金) デニッシュパン クリームシチュー サワーソテー 焼きかぼちゃ 甘辛ごぼう パン・スプーンの日
15 (火) カレーライス かぼちゃコロッケ 小松菜とキャベツのソテー きゅうり漬け スプーンの日	16 (水) 豆苗チヂミ 豚キムチスパゲティ 大根と人参の煮物 温州みかんゼリー	17 (木) アメリカンドッグ リヨネーズポテト ひじきソテー チンゲン菜のごま和え	給食時間内に、ランチボックスを返却しましょう! ランチボックスは回収後、毎日洗浄しています。給食時間内に必ず返却をお願いします。	



台風の接近に伴う中学校給食の対応について

午前7時現在、北大阪地域に暴風警報・大雨特別警報が発令されている場合、当日の給食は中止させていただきます。また、午前9時までの間に暴風警報が解除され、授業が再開された場合も、当日の給食は中止させていただきます。(当日の給食費については、返金して残金に繰越しされます)。ご迷惑をおかけしますが、ご理解いただきますよう、よろしくお願いします。

7月の給食費は6月15日(日)までに納付してください。
マークシートの申込みは6月16日(月)締切いです。
パソコン・携帯電話の申込みは、
1回目(1~17日分)は6月20(金)締切、
2回目(16~17日分)は7月5日(土)まで追加予約できます。

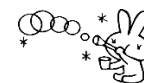
※1回目に予約完了した16日以降の給食は、
2回目の予約期間中でもキャンセルできませんのでご注意ください。



～ 食券・払込票配付のおしらせ ～

7月の食券は6月25日(水)～27日(金)の昼休み(食器返却時)に配膳室で配付(テスト期間中を除く、給食実施日のみ配付)予定です。受取りには必ず生徒手帳を持参してください。

※2学期分の払込票は7月の食券と合わせて配付します。



牛乳は、給食時間中に飲みましょう!!



給食の牛乳は、冷蔵庫で温度管理して提供しています。時間が経ってから飲んだり、家に持ち帰ってはいけません。

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。



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>



8月・9月分の給食申込みについて

次回の献立表は8月分と9月分を合わせて記載しますが、月ごとに締切日が異なりますのでご注意ください。

申込み方法	給食日	申込み期間
マークシート	8月分	7月15日まで
	9月分	
インターネット	8月分	7月初旬～8月5日
	9月分	7月初旬～8月20日

8月分と9月分のマークシートの締切りは7月15日(火)までです。
マークシートは8月分と9月分の2枚ありますので、ご注意ください。

給食費の払込票についてのお知らせ

- 2学期分の払込票は、これまでの給食利用状況や給食費の残高に応じて、枚数を調整し、7月分の食券に添付します。(6月末に配布予定)
そのため払込票がない場合もありますが、ご希望の方は、給食予約システムから請求するか、保健給食室へご連絡ください。
- 給食予約システムから払込票を申請できます。
「マイページ」にログイン後、「コンビニ払込用紙申請」から金額と枚数を指定してください。(原則、約2週間程度で学校を通じてお送りします。)
また、夏休み中は期間を要することがあるため、できるだけ余裕を持って申請をお願いします。
- 払込票には使用期限がありますので、ご注意ください。
- 給食費をお支払い後、給食予約システムに入金が反映されるまで、給食の申込みはできません。原則、入金した2営業日後から申込みができます。
土日祝や年末年始は、反映に期間を要するためできるだけ余裕を持って入金をお願いします。

※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。

吹田市の中学校給食の特徴



1. 学校給食法に基づいた給食です。

ランチボックスで提供されますが、市販のお弁当とは異なり、文部科学省の「学校給食摂取基準」に基づいて成長期に必要な栄養バランスを考慮し、各校栄養教職員と教育委員会で献立を作成しています。また、学校給食法に定められた「学校給食衛生管理基準」と厚生労働省「大量調理施設衛生管理マニュアル」を遵守し、安全に配慮して衛生的に作られています。

2. 食材の安全とおいしさにこだわっています。

野菜・肉類をはじめ、生鮮食材は主に国内産を使用し、加工食品や調味料等についても、教育委員会で物資を選定し、可能な限り添加物の少ない食材を選定しています。また、食材の持つ自然の風味を生かすために化学調味料無添加の食材を使用しています。

3. 給食費は全額、食材費として使用しています。

保護者の方に納付していただく給食費は全て食材費として使用し、そのほかの人件費や配送費等は全て公費で負担しています。

4. 毎朝作りたて・手作りの味です。

カレーのルーや昆布の佃煮など、加工品を使用せずに毎朝手作りしています。素材の味をいかしたやさしい味付けで、野菜をたっぷり使用しているのが中学校給食の特徴です。



よくあるお問合せ

「学校の行事(テスト・遠足など)がある日に
申込んでしまったのですが、給食はどうなりますか？」



中学校給食は各学校の行事予定を事前に確認し、申込み日を設定しています。直前に日程の変更があった場合は、一括でキャンセル処理し、残金に繰越されますので、ご連絡いただく必要はありません。

吹田市中学校給食使用食材一覧表



令和7年 7月

【 毎日のエネルギーには、飲用牛乳の137kcalも含んでいます 】

1(火)	たんばく質	脂質	エネルギー	2(水)	たんばく質	脂質	エネルギー	3(木)	たんばく質	脂質	エネルギー	4(金)	たんばく質	脂質	エネルギー
	28.9g	19.7g	806kcal		38.5g	25.8g	830kcal		23.9g	23.6g	762kcal		28.3g	21.5g	789kcal
ごはん すき焼き 豚肉、焼き麸、ゆず、白ねぎ、人参、しらたき 油、(濃)しょうゆ、砂糖、みりん				ごはん 鶏のから揚げ 鶏肉、コンロ、ゆず、(濃)しょうゆ、料理酒 鶏粉、揚げ油				ごはん ハムステーキ (冷)おろし、マヨネーズ 春雨、ポロタン				ごはん ハヤシライス 豚肉、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			
はこメンチカツ (冷)たこ、揚げ油 わらび餅(きな粉)				豚肉と野菜のみそ炒め 豚肉、キャベツ、人参、油、赤味噌 料理酒、砂糖、ゆず、鶏粉				鶏肉、ゆず、玉ねぎ、マヨネーズ、人参、おろし、マヨネーズ ケチャップ、トマトソース、パプリカ、塩、ゆず				(濃)しょうゆ、塩、ゆず きんぴら、さつまいも、人参、油、(薄)しょうゆ			
(冷)きな粉わらび餅【砂糖、きな粉 わらび粉、寒天、加工澱粉他】 水菜のごま和え きょうな、人参、(濃)しょうゆ、ごま、砂糖				きゅうりの土佐煮 きゅうり、ゆず、油、(薄)しょうゆ、おなか かみかみ豆 大豆、砂糖、(濃)しょうゆ				焼豚、ほうれん草、人参、切干大根 (濃)しょうゆ、塩、ごま、ごま油 フライドポテト じゃがいも、揚げ油、塩 シャインマスカットゼリー				さばのカレー揚げ (冷)さば、(濃)しょうゆ、料理酒、鶏粉、加-粉 が-リッパ、揚げ油 さつまいもの煮物 さつまいも、(濃)しょうゆ、砂糖、削り節			
7(月)	たんばく質	脂質	エネルギー	8(火)	たんばく質	脂質	エネルギー	9(水)	たんばく質	脂質	エネルギー	10(木)	たんばく質	脂質	エネルギー
	29.4g	27.7g	865kcal		40.7g	23.5g	838kcal		26.6g	20.2g	802kcal		39.7g	27.9g	870kcal
ごはん 七夕煮 中華麺、おろし、サミール、料理酒 ほうれん草、小豆もやし、人参、油、塩 ごま、ごま油、星形かまぼこ 星形コロッケ (冷)星形コロッケ、揚げ油 まぜたらわかれごはん わかめ、コンロ、ごま油、(濃)しょうゆ、みりん ごま 厚揚げのそぼろあん 鶏肉、(冷)厚揚げ、ゆず、(濃)しょうゆ 砂糖、料理酒、みりん、削り節、鶏粉 ごまドレッシング				ごはん 豚肉のみそ焼き 豚肉、鶏粉、油、白ねぎ、赤味噌、料理酒、砂糖 みりん、(濃)しょうゆ ウインナーポテト ワッフル、じゃがいも、キャベツ、人参、玉ねぎ パプリカ、(冷)鶏がらスープ、(薄)しょうゆ、料理酒 塩、ゆず 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 みかん缶				ごはん いわしのかば焼き風 (冷)いわし、開き、揚げ油、砂糖 (濃)しょうゆ、みりん、鶏粉 餅いなりのおろし揚げ 餅いなり、大根、青ねぎ、みりん、料理酒 (濃)しょうゆ、削り節、鶏粉 小松菜のお浸し 小松菜、人参、(薄)しょうゆ、砂糖、料理酒 削り節 金時豆の甘煮 金時豆、砂糖、塩				ごはん 鶏のバーベキューソース 鶏肉、料理酒、砂糖、鶏粉、揚げ油、ケチャップ トマトソース、(濃)しょうゆ、ゆず、コンロ 豚肉とはくさいの煮物 豚肉、ゆず、人参、青ねぎ、(濃)しょうゆ、砂糖 削り節 マッシュさつま さつまいも、砂糖、塩 ピリカラこんにやく こんにやく、ごま油、(濃)しょうゆ、米酢 砂糖、唐辛子、ごま			
11(金)	たんばく質	脂質	エネルギー	14(月)	たんばく質	脂質	エネルギー	15(火)	たんばく質	脂質	エネルギー	16(水)	たんばく質	脂質	エネルギー
	23.2g	45.1g	880kcal		32.0g	22.9g	768kcal		25.4g	20.8g	782kcal		23.8g	19.8g	848kcal
デニッシュパン(大盛不可) クリームシチュー 鶏肉、玉ねぎ、じゃがいも、人参、ほうれん草 油、小麦粉、バター、塩、コンロ、ゆず、牛乳 サウナー 豚肉、キャベツ、油、米酢、塩、ゆず 焼きかぼちゃ かぼちゃ、おろし、マヨネーズ、塩 甘辛ごぼう ごぼう、鶏粉、揚げ油、(濃)しょうゆ、砂糖 ごま				ごはん 米粉の白身魚フライ (冷)米粉、揚げ油 鶏のトマト煮込み 鶏肉、玉ねぎ、人参、コンロ、おろし、マヨネーズ 塩、コンロ、(濃)しょうゆ、砂糖 はくさいのゆかり和え ゆかり、油、ゆかり、塩 ココア豆 煎り大豆、砂糖、コンロ				ごはん ボークカレーライス 豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、コンロ、ゆず 油、小麦粉、(冷)おろし、ケチャップ、(濃)しょうゆ トマトソース、コンロ、加-粉、塩、パプリカ、コンロ かぼちゃコロッケ (冷)かぼちゃ、揚げ油 小松菜とキャベツのソテー 小松菜、キャベツ、油、(薄)しょうゆ、塩、ゆず きゅうり揚げ きゅうり、米酢、砂糖、(薄)しょうゆ (濃)しょうゆ				ごはん 豆苗チヂミ 玉ねぎ、パプリカ、人参、小麦粉、鶏粉、塩 揚げ油、ゆかり、(濃)しょうゆ、料理酒 砂糖、削り節 豚キムチパゲティ 豚肉、おろし、ゆかり、にら、人参、油 (濃)しょうゆ、ごま油 大根と人参の煮物 きざみ揚げ、大根、人参、(濃)しょうゆ、砂糖 みりん、削り節 温州みかんゼリー			

17(木)	たんばく質	脂質	エネルギー
	26.1g	20.9g	792kcal
ごはん アメリカンドッグ ワッフル、小麦粉、砂糖、が-リッパ、揚げ油、ケチャップ リヨネズポテト 豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、パプリカ、おろし、マヨネーズ ひじきソテー 豚肉、干ひじき、小松菜、人参、ゆず、コンロ おろし、マヨネーズ、(濃)しょうゆ、料理酒、塩、ゆず チンゲン菜のごま和え ゆず、(濃)しょうゆ、ごま、砂糖			

7月の栄養価

	7月平均値	文部科学省基準
エネルギー	817kcal	830kcal
タンパク質	15%	13~20%
脂質	27%	20~30%
カルシウム	368mg	450mg
マグネシウム	104mg	120mg
鉄	3.70mg	4.00mg
ビタミンA	284μgRE	300μgRAE
ビタミンB1	0.49mg	0.50mg
ビタミンB2	0.55mg	0.60mg
ビタミンC	41mg	30mg
食物繊維	6.6g	6.5g
食塩相当量	2.06g	2.5g未満

～ 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

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

使用日	特定原材料及びそれに準ずるもの(28品目中)										その他
	卵	乳	小麦	えび	くるみ	大豆	豚肉	鶏肉	りんご	ごま	
7月1日(火)			○			○	○			○	
7月2日(水)						○	○	○			
7月3日(木)			○			○	○	○		○	
7月4日(金)			○				○				さば
7月5日(月)			○			○	○	○		○	
7月8日(火)						○	○	○			
7月9日(水)						○					
7月10日(木)							○	○		○	
7月11日(金)		○					○	○		○	
7月14日(月)							○	○			
7月15日(火)			○			○	○	○			
7月16日(水)			○			○	○			○	
7月17日(木)			○				○			○	