

7月

の給食申し込みは

マークシート
6月17日(月)

インターネット
6月20日(木)

しめ切りです。

7月16～18日分は、インターネットのみ
7月5日(金)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(月) ソースロースカツ



キャベツソテー ガーリックたこポテト
きんぴらごぼう カクテルゼリー

2日(火) ガパオライス



野菜春巻 もやしときゅうりのナムル
黄桃(缶詰)

3日(水) 焼豚炒飯



揚げ焼売 かぼちゃの煮物 家常豆腐
フライドポテト レモンゼリー

4日(木) ヤンニョムチキン



チョレギサラダ 高野豆腐の煮物
こんにゃくの煮物 冷凍みかん

5日(金) セタ冷麺・星形コロッケ



まぜたらわかめごはん
ココア豆 和風ドレッシング

8日(月) いわしのかば焼き風



肉団子の甘辛 さつまいもの煮物
プチゼリー(ピーチ)

9日(火) 豚肉とトマトのビタミン丼



ちくわの磯辺揚げ 小松菜のごま和え
みかん(缶詰)

10日(水) たこ飯



サクサクガネ 豚肉と大根の煮物
キャベツのおかか よもぎあんだんご

11日(木) 豚肉のから揚げ南蛮ソース



チャプチェ チンゲン菜のお浸し
たらこポテト

12日(金) デニッシュパン



クリームシチュー
キャベツのサワーソテー
大学かぼちゃ
ツナとひじきのさっと煮

パンの日

15日(月)
海の日

16日(火) サーモンフライ



ミートマカロニ ほうれん草とえのきの煮浸し
照り焼きこんにゃく お抹茶ふりかけ

17日(水) カレーライス



サラダ 茎わかめカツ 温州みかんゼリー
イタリアンドレッシング

18日(木) 鶏のから揚げ



韓国風肉じゃが はくさいのさっぱり和え
大豆のきな粉がらめ

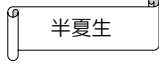
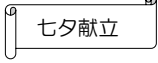
19日(金)
終業式

吹田市中学校給食 献立表



令和 6年 7月

吹田市教育委員会
吹田市学校給食会

1 (月) ソースロースカツ キャベツソーテー ガーリックたこポテト NEW!! きんぴらごぼう カクテルゼリー 	2 (火) ガパオライス 野菜春巻 もやしときゅうりのナムル 黄桃 (缶詰) 	3 (水) 焼豚炒飯 揚げ焼売 かぼちゃの煮物 家常豆腐 フライドポテト レモンゼリー 	4 (木) ヤンニョムチキン チョレギサラダ 高野豆腐の煮物 こんにゃくの煮物 冷凍みかん 	5 (金) セタ冷麺・星形コロック まぜたらわかめごはん ココア豆 和風ドレッシング 
8 (月) いわしのかば焼き風 肉団子の甘辛 さつまいもの煮物 ブチゼリー (ピーチ) 	9 (火) 豚肉とトマトのビタミン丼 ちくわの磯辺揚げ 小松菜のごま和え みかん (缶詰) 	10 (水) たこ飯 サクサクガネ 豚肉と大根の煮物 キャベツのおかか よもぎあんだんご 	11 (木) 豚肉のから揚げ南蛮ソース チャプチェ チンゲン菜のお浸し たらこポテト 	12 (金) デニッシュパン クリームシチュー キャベツのサワーソーテー 大学かぼちゃ ツナとひじきのさっと煮 パン・スプーンの日 
16日以降の給食はインターネットのみ 7月5日(金)まで追加予約ができます！	16 (火) サーモンフライ ミートマカロニ ほうれん草とえのきの煮浸し 照り焼きこんにゃく お抹茶ふりかけ 	17 (水) カレーライス サラダ 茎わかめカツ NEW!! 温州みかんゼリー イタリアンドレッシング 	18 (木) 鶏のから揚げ 韓国肉風じゃが はくさいのさっぱり和え 大豆のきな粉がらめ 	※ご注意ください!! 献立表は全校共通で配布しています。申込みができない日は、短縮授業などで給食の実施がない日です。



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お願いいたします。

～ 食券・払込票配付のおしらせ ～

7月の食券は6月24日(月)～28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。



7月の給食費は6月15日(土)までに納付してください。
マークシートの申込みは6月17日(月)締切いです。
パソコン・携帯電話の申込みは、
1回目(1～18日分)は6月20(木)締切、
2回目(16～18日分)は7月5日(金)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。

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

今回の献立表は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16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16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。

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。

カレーのルウや昆布の佃煮など、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6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(月)	たんぱく質	脂質	エネルギー	2(火)	たんぱく質	脂質	エネルギー	3(水)	たんぱく質	脂質	エネルギー	4(木)	たんぱく質	脂質	エネルギー				
	24.0g	23.5g	778kcal		35.6g	18.3g	783kcal		28.9g	24.8g	811kcal		38.5g	30.1g	831kcal				
ごはん ソースロースカツ (冷)ロースカツ、揚げ油、トカゲソース、ケチャップ、砂糖 からし キャベツソテー キャベツ、油、塩、(薄)しょうゆ ガーリックたこポテト (冷)たこ、じゃがいも、玉ねぎ、コンク、油 (濃)しょうゆ、塩、ソウ きんぴらごぼう ごぼう、人参、こんにゃく、油、(濃)しょうゆ 砂糖、みりん カクテルゼリー				342kcal 193kcal 4kcal 54kcal 23kcal 25kcal	ごはん ガバオライス (冷)鶏肉、塩、ソウ、大豆、玉ねぎ、人参、ピーマン、コンク ソウ、油、(濃)しょうゆ、カブ、料理酒、砂糖 オスターソース、パプリカ 野菜春巻 (冷)野菜春巻、揚げ油 ちやんときゅうりのナムル 小大豆もやし、きゅうり、コンク、(薄)しょうゆ 料理酒、(濃)しょうゆ、砂糖、ソウ、ソウ ごま、ごま油 黄桃 (缶詰)				342kcal 183kcal 74kcal 30kcal 17kcal	焼豚炒飯 (大盛不可) 米、焼豚、人参、玉ねぎ、油、青ねぎ (冷)鶏肉、ソウ、料理酒、(薄)しょうゆ、塩 ソウ、ごま油 揚げ焼売 (冷)揚げ焼売、揚げ油 かぼちゃの煮物 かぼちゃ、(濃)しょうゆ、砂糖、削り節、煮粉 家畜豆腐 豚肉、(冷)ニ厚揚げ、玉ねぎ、人参、小松菜 コンク、油、(濃)しょうゆ、赤だし味噌、砂糖 オスターソース、豆腐、煮粉、ごま油 フライドポテト じゃがいも、揚げ油、塩 レモンゼリー				360kcal 95kcal 25kcal 89kcal 79kcal 26kcal	ごはん ヤンニョムチキン (冷)鶏肉、料理酒、煮粉、揚げ油、コンク、油、ケチャップ ソウ、油、砂糖、(濃)しょうゆ、豆腐、ごま 油、唐辛子、ソウ 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 こんにゃくの煮物 こんにゃく、(濃)しょうゆ、砂糖、ごま油 冷凍みかん				342kcal 223kcal 34kcal 57kcal 16kcal 22kcal
5(金)	たんぱく質	脂質	エネルギー	8(月)	たんぱく質	脂質	エネルギー	9(火)	たんぱく質	脂質	エネルギー	10(水)	たんぱく質	脂質	エネルギー				
	29.4g	23.4g	867kcal		27.7g	23.0g	817kcal		30.4g	18.7g	763kcal		26.4g	18.5g	784kcal				
ごはん 七ツ菜 中華麺、ソーメン、オリーブオイル、ササミ、料理酒 ほうれん草、小大豆もやし、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、コンク、ごま油、(濃)しょうゆ、みりん ごま ココア豆 煎り大豆、砂糖、ソウ 和風ドレッシング				342kcal 164kcal 105kcal 26kcal 66kcal 27kcal	ごはん いわしのかば焼き風 (冷)いわし、開き煮粉付、揚げ油、砂糖 (濃)しょうゆ、みりん、煮粉 肉団子の甘辛 (冷)肉団子、玉ねぎ、人参、青ねぎ、油 (濃)しょうゆ、(薄)しょうゆ、砂糖、煮粉 さつまいもの煮物 さつまいも、(濃)しょうゆ、砂糖、削り節 プチゼリー (ピーチ)				342kcal 136kcal 113kcal 73kcal 16kcal	ごはん 豚肉とトマトのビタミン丼 豚肉、玉ねぎ、トマト、人参、トマト、コンク、油 (濃)しょうゆ、砂糖、赤味噌、塩、ソウ、煮粉 ちくわの磯辺揚げ 焼き竹輪、煮粉、コンク、油、あおさ パプリカ、揚げ油 小松菜のごま和え 小松菜、ごま、(濃)しょうゆ、砂糖、削り節 みかん (缶詰)				342kcal 138kcal 89kcal 35kcal 22kcal	たこ飯 (大盛不可) 米、(冷)たこ、(濃)しょうゆ、料理酒、ソウ みりん、塩、削り節 サクサクガナシ さつまいも、玉ねぎ、人参、ごぼう、小麦粉 煮粉、砂糖、塩、揚げ油 豚肉と大根の煮物 豚肉、大根、人参、白ねぎ、ソウ、(濃)しょうゆ 砂糖、みりん、削り節 キャベツのおかか キャベツ、油、(薄)しょうゆ、(濃)しょうゆ、おかか よもぎあんどん (冷)よもぎあんどん、小豆、砂糖、塩				341kcal 172kcal 52kcal 20kcal 62kcal
11(木)	たんぱく質	脂質	エネルギー	12(金)	たんぱく質	脂質	エネルギー	16(火)	たんぱく質	脂質	エネルギー	17(水)	たんぱく質	脂質	エネルギー				
	37.5g	24.4g	844kcal		25.3g	43.4g	874kcal		26.6g	21.6g	768kcal		23.8g	21.6g	818kcal				
ごはん 豚肉のから揚げ南蛮ソース 豚肉、コンク、ソウ、料理酒、ソウ、煮粉、揚げ油 白ねぎ、ごま油、(濃)しょうゆ、米粉、砂糖 豆腐 チャプチェ 牛肉、砂糖、(濃)しょうゆ、人参、青ねぎ 干し椎茸、コンク、ソウ、しらたき、油、みりん 塩、ソウ、ごま、ごま油 チンゲン菜のお浸し チンゲン菜、人参、(濃)しょうゆ、砂糖、みりん 削り節 たらこポテト (冷)たらこ、ピーマン、じゃがいも、玉ねぎ ソーメン、塩				342kcal 269kcal 52kcal 12kcal 32kcal	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、しめじ、パプリカ 油、塩、ソウ、小麦粉、バター、牛乳、チーズ キャベツのサウソウ 豚肉、キャベツ、油、米粉、塩、ソウ 大学がぼちゃ かぼちゃ、黒砂糖、砂糖、(濃)しょうゆ、ごま 煮粉 ツナとひじきのさっと煮 干し椎茸、ツナ、人参、みりん、(濃)しょうゆ 料理酒、削り節、ごま				491kcal 123kcal 34kcal 65kcal 24kcal	ごはん サーモンフライ (冷)サーモン、揚げ油 ミートマカロニ 豚肉、トマト、玉ねぎ、人参、油、トマトソース、ケチャップ オスターソース、塩、ソウ、ソウ ほうれん草とえのきの煮浸し ほうれん草、えのき、人参、(薄)しょうゆ みりん、削り節 照り焼きこんにゃく こんにゃく、(濃)しょうゆ、砂糖、ごま油 お抹茶ふりかけ				342kcal 144kcal 111kcal 15kcal 12kcal 7kcal	ごはん カレー 豚肉、鶏肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参 コンク、ソウ、油、小麦粉、(冷)たまご、ケチャップ (濃)しょうゆ、オスターソース、ソウ、塩、パプリカ ソウ サラダ キャベツ、きゅうり、人参 まぜかめカツ (冷)まぜかめカツ、揚げ油 温州みかんゼリー イタリアンドレッシング				342kcal 177kcal 15kcal 100kcal 26kcal 21kcal
18(木)	たんぱく質	脂質	エネルギー	7月の栄養価		7月平均値	文部科学省基準	～ 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。											
	39.7g	23.0g	850kcal <td>エネルギー</td> <td>814kcal</td> <td>830kcal</td>		エネルギー	814kcal	830kcal												
ごはん 鶏のから揚げ 鶏肉、コンク、ソウ、(濃)しょうゆ、料理酒 煮粉、揚げ油 韓国風肉じゃが 豚肉、(濃)しょうゆ、じゃがいも、玉ねぎ、人参 しらたき、ソウ、コンク、油、砂糖、赤味噌 ソウ、ソウ、削り節、ごま油 はくさいのさっぱり和え ゆず、ほうれん草、油、(薄)しょうゆ、米粉 砂糖、みりん 大豆のきな粉がらめ 煎り大豆、砂糖、きな粉					342kcal 207kcal 80kcal 18kcal 66kcal	タンパク質	15%									13～20%			
					脂質	27%	20～30%												
					カルシウム	374mg	450mg												
					マグネシウム	110mg	120mg												
					鉄	3.86mg	4.00mg												
					ビタミンA	329μgRE	300μgRAE												
					ビタミンB1	0.51mg	0.50mg												
					ビタミンB2	0.55mg	0.60mg												
				ビタミンC	35mg	30mg													
				食物繊維	5.5g	6.5g													
				食塩相当量	2.28g	2.5g未満													
* 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

給食日	特定原材料及びそれに準ずるもの〈28品目中〉									
	卵	乳	小麦	えび	大豆	豚肉	鶏肉	りんご	ごま	その他
7 月 1 日			○		○	○		○		もも
7 月 2 日			○		○	○	○		○	もも
7 月 3 日			○		○	○	○		○	
7 月 4 日					○		○		○	
7 月 5 日			○		○	○	○		○	
7 月 8 日					○	○	○			もも
7 月 9 日					○	○			○	
7 月 10 日			○			○				
7 月 11 日						○			○	牛肉
7 月 12 日		○	○			○	○		○	
7 月 16 日			○		○	○	○		○	さけ
7 月 17 日			○		○	○	○			
7 月 18 日					○	○	○		○	