令和7年8.9月　学校給食献立表　中学校

高石市教育委員会
高石市学校給食会

8月29日 金	9月1日 月	9月2日 火	9月3日 水	9月4日 木	9月5日 金	9月8日 月	9月9日 火	9月10日 水	9月11日 木	9月12日 金	9月16日 火
ごはん	パーカーパン	ごはん	こっぺパン	炊き込みご飯	菜めし	こっぺパン	ごはん	こっぺパン	ごはん	ごはん	麦ごはん●
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	アシドミルク	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	アシドミルク	牛乳
夏野菜カレー	照焼きハンバーグ	マーボー豆腐	鶏肉の甘辛煮	豚肉と厚揚げの煮物	まぐろと玉ねぎの煮付●	ジャーマンポテト	大豆入り肉みそ	ミートボールの甘酢	キムたく炒め●	赤魚の醤油だれかけ	ハヤシライス
ごぼうの炒め物●	ボトフ	あっさり春雨スープ	ミネストローネ	切干大根のみそ汁	ちゃんこ汁	キャベツとしめじのスープ	中華スープ	きのこのスープ	トック卵スープ	豆乳みそ汁	三色サラダ
		ミニレモンゼリー				ハイチーズ				ひじきの煮物	玉ねぎドレッシング

食品名	色	食品名	色	食品名	色	食品名	色	食品名	色	食品名	色	食品名	色	食品名	色	食品名	色	食品名	色
ごはん	黄	パーカーパン	黄	ごはん	黄	こっぺパン	黄	鶏肉	赤	ごはん	黄	こっぺパン	黄	ごはん	黄	こっぺパン	黄	ごはん	黄
								酒	…	菜めしの素	緑								
牛乳	赤	牛乳	赤	牛乳	赤	牛乳	赤	うすあげ	赤			牛乳	赤	牛乳	赤	牛乳	赤	牛乳	赤
								にんじん	緑	アシドミルク	赤								
豚肉	赤	ハンバーグ	赤	豚肉	赤	鶏肉	赤	しいたけ	緑			じゃがいも	黄	とりミンチ	赤	ミートボール	赤	豚肉	赤
サラダ油	黄	濃口しょうゆ	…	豆腐	赤	玉ねぎ	緑	しめじ	緑	まぐろ	赤	玉ねぎ	緑	酒	…	酢	…	にんじん	緑
じゃがいも	黄	三温糖	黄	玉ねぎ	緑	濃口しょうゆ	…	淡口しょうゆ	…	玉ねぎ	緑	ベーコン	赤	大豆	赤	三温糖	黄	白菜キムチ	緑
玉ねぎ	緑	みりん	…	にんじん	緑	ざらめ	黄	みりん	…	土しょうが	緑	にんじん	緑	土しょうが	緑	濃口しょうゆ	…	つぼ漬け	緑
にんじん	緑	片栗粉	黄	★たけのこ	緑	赤ワイン	…	だしパック	…	みりん	…	コーン	緑	にんにく	緑	片栗粉	黄	酒	…
なす	緑			土しょうが	緑			α化米	黄	三温糖	黄	ドライパセリ	…	テンメンジャン	…			濃口しょうゆ	…
枝豆	緑	ウインナー	赤	にんにく	緑	ベーコン	赤	α化もち米	黄	酒	…	フレンチドレッシング		トウバンジャン	…	エリンギ	緑	三温糖	黄
にんにく	緑	コーン	緑	トウバンジャン	…	にんにく	緑			濃口しょうゆ	…	サラダ油	黄	玉ねぎ	緑	しめじ	緑	いりごま	黄
トマト	緑	じゃがいも	黄	中華スープ	…	じゃがいも	黄	牛乳	赤					青ねぎ	緑	えのきだけ	緑	ごま油	黄
プルーンピューレ	緑	にんじん	緑	みそ	赤	玉ねぎ	緑			鶏つくね	赤	キャベツ	緑	濃口しょうゆ	…	キャベツ	緑	サラダ油	黄
米粉カレールウ	黄	玉ねぎ	緑	酒	…	にんじん	緑	厚揚げ	赤	豚肉	赤	玉ねぎ	緑	三温糖	黄	ベーコン	赤		
カレー粉	…	セロリ	緑	濃口しょうゆ	…	セロリ	緑	豚肉	赤	ごぼう	緑	しめじ	緑	中華スープ	…	にんじん	緑	トック	黄
ウスターソース	…	キャベツ	緑	ごま油	黄	トマト	…	酒	…	大根	緑	ポークハム	赤	ごま油	黄	玉ねぎ	緑	たまご	赤
濃口しょうゆ	…	にんにく	緑	片栗粉	黄	チキンブイヨン	…	玉ねぎ	緑	白さい	緑	にんじん	緑	片栗粉	黄	チキンブイヨン	…	玉ねぎ	緑
赤ワイン	…	白ワイン	…	にら	緑	赤ワイン	…	にんじん	緑	にんじん	緑	中華スープ	…			淡口しょうゆ	…	にんじん	緑
チキンブイヨン	…	ローリエ	…	三温糖	黄	ローリエ	…	チンゲン菜	緑	うすあげ	赤	淡口しょうゆ	…	ベーコン	赤			★たけのこ	緑
		サラダ油	黄			米粉マカロニ	黄	土しょうが	緑	もやし	緑	ごま油	黄	にんじん	緑			にら	緑
		チキンブイヨン	…	はるさめ	黄			三温糖	黄	にら	緑	サラダ油	黄	玉ねぎ	緑			淡口しょうゆ	…
ごぼう	緑			にんじん	緑			濃口しょうゆ	…	だしパック	…			もやし	緑			中華スープ	…
ベーコン	赤			玉ねぎ	緑			サラダ油	黄	みりん	…	ハイチーズ	赤	にら	緑			ごま油	黄
にんじん	緑			もやし	緑			だしパック	…	酒	…			中華スープ	…			片栗粉	黄
コーン	緑			青ねぎ	緑					濃口しょうゆ	…			淡口しょうゆ	…				
いりすりごま	黄			中華スープ	…			きりぼし大根	緑										
濃口しょうゆ	…			淡口しょうゆ	…			わかめ	赤										
ごま油	黄			ごま油	黄			玉ねぎ	緑										
								えのきだけ	緑										
				ミニレモンゼリー	黄			青ねぎ	緑										
								だしパック	…										
								みそ	赤										

●の付いた献立は、かみかみ献立です。

※　悪天候や交通事情等により、やむを得ず献立を変更させていただく場合もあります。

トック卵スープは万博献立の韓国料理です

平均エネルギー量：740kcal

9月17日 水	9月18日 木	9月19日 金	9月22日 月	9月24日 水	9月25日 木	9月26日 金	9月29日 月	9月30日 火
こっぺパン	ごはん	ごはん	こっぺパン	こっぺパン	ごはん	ごはん	こっぺパン	ごはん
牛乳	牛乳	アシドミルク	牛乳	牛乳	アシドミルク	牛乳	牛乳	牛乳
スープスパゲティ	高野豆腐の中華煮	鯖のみそ煮	鶏肉の甘酢	ブルコギ	五目うどん	肉じゃが	ドライカレー	五目豆●
やみつきキャベツ	ピリみそスープ	沢煮椀	コンソメスープ	八宝スープ	ひじきそぼろ	鯛つみれのみそ汁	キャベツと肉団子のスープ	さつま汁
いちごジャム								手作りさけふりかけ

食品名	色	食品名	色	食品名	色	食品名	色	食品名	色	食品名	色	食品名	色	食品名	色	食品名	色
こっぺパン	黄	ごはん	黄	ごはん	黄	こっぺパン	黄	こっぺパン	黄	ごはん	黄	ごはん	黄	こっぺパン	黄	ごはん	黄
牛乳	赤	牛乳	赤	アシドミルク	赤	牛乳	赤	牛乳	赤	アシドミルク	赤	牛乳	赤	牛乳	赤	牛乳	赤
スパゲティ	黄	高野豆腐	赤	さば	赤	鶏肉	赤	豚肉	赤	豚肉	赤	豚肉	赤	豚肉	赤	大豆	赤
ベーコン	赤	豚肉	赤	土しょうが	緑	白ワイン	…	玉ねぎ	緑	玉ねぎ	緑	玉ねぎ	緑	玉ねぎ	緑	鶏肉	赤
にんじん	緑	酒	…	みそ	赤	玉ねぎ	緑	にら	緑	うどん	黄	じゃがいも	黄	にんじん	緑	酒	…
玉ねぎ	緑	玉ねぎ	緑	濃口しょうゆ	…	にんじん	緑	えのきだけ	緑	鶏肉	赤	にんじん	緑	コーン	緑	にんじん	緑
しめじ	緑	にんじん	緑	三温糖	黄	黄パプリカ	緑	にんにく	緑	ごぼう	緑	玉ねぎ	緑	ピーマン	緑	いんげん	緑
コーン	緑	青ねぎ	緑	酒	…	サラダ油	黄	コチジャン	…	白さい	緑	コーン	緑	土しょうが	緑	こんにゃく	…
ドライパセリ	…	三温糖	黄	みりん	…	中華スープ	…	三温糖	黄	うすあげ	赤	いんげん	緑	にんにく	緑	濃口しょうゆ	…
白ワイン	…	淡口しょうゆ	…			三温糖	黄	みりん	…	青ねぎ	緑	こんにゃく	…	カレー粉	…	三温糖	黄
バター	黄	ごま油	黄	鶏肉	赤	濃口しょうゆ	…	濃口しょうゆ	…	酒	…	濃口しょうゆ	…	トマトピューレ	緑	みりん	…
小麦粉	黄	中華スープ	…	大根	緑	酢	…	いりすりごま	黄	淡口しょうゆ	…	サラダ油	黄	トマトケチャップ	緑	だしパック	…
サラダ油	黄			にんじん	緑	片栗粉	黄	りんごピューレ	緑	みりん	…	酒	…	赤ワイン	…		
牛乳	赤	キャベツ	緑	ごぼう	緑			ごま油	黄	だしパック	…	三温糖	黄	チキンブイヨン	…	豚肉	赤
チキンブイヨン	…	にんじん	緑	うすあげ	赤	キャベツ	緑	酒	…			だしパック	…	濃口しょうゆ	…	酒	…
		にら	緑	しめじ	緑	ベーコン	赤	中華スープ	…	豚肉	赤			三温糖	黄	にんじん	緑
キャベツ	緑	もやし	緑	青ねぎ	緑	じゃがいも	黄	サラダ油	黄	サラダ油	黄	鯛つみれ	赤	ウスターソース	…	大根	緑
にんじん	緑	こんにゃく寒天	…	だしパック	…	玉ねぎ	緑			酒	…	玉ねぎ	緑	サラダ油	黄	さつまいも	黄
いりごま	黄	土しょうが	緑	淡口しょうゆ	…	にんじん	緑	ベーコン	赤	にんにく	緑	えのきだけ	緑			ごぼう	緑
ごま油	黄	濃口しょうゆ	…	みりん	…	チキンブイヨン	…	★たけのこ	緑	土しょうが	緑	にんじん	緑	キャベツ	緑	青ねぎ	緑
ツナ油漬け	赤	ごま油	黄	片栗粉	黄	淡口しょうゆ	…	もやし	緑	ひじき	赤	青ねぎ	緑	ミートボール	赤	みそ	赤
中華スープ	…	中華スープ	…	酒	…	ドライパセリ	…	にんじん	緑	にんじん	緑	だしパック	…	玉ねぎ	緑	だしパック	…
		みそラーメンスープ	…					チンゲン菜	緑	いんげん	緑			にんじん	緑		
いちごジャム	黄	みそ	赤					中華スープ	…	三温糖	黄			チキンブイヨン	…	鮭そぼろ	赤
		キムチの素	…					濃口しょうゆ	…	濃口しょうゆ	…			淡口しょうゆ	…	いりごま	黄
								淡口しょうゆ	…	みりん	…					三温糖	黄
																濃口しょうゆ	…
																みりん	…
																酒	…
																土しょうが	緑

今月の地産地消
大阪でとれた作物に★をつけています。
たけのこ

赤　→主に血や肉や骨のもとになるもの
黄　→主に力や熱のもとになるもの
緑　→主に体の調子をととのえるもの

<8・9月の給食で使用する加工食品の原材料をお知らせします>

食品名	原材料(アレルゲン28品目等)
パン	小麦・乳
ベーコン・ウインナー ポークハム	豚肉
鶏つくね 鶏ささみチャンク	鶏肉
ミートボール ハンバーグ	豚肉・鶏肉・小麦
うどん・スパゲティ	小麦
アシドミルク ハイチーズ・バター	乳
豆腐・うすあげ・みそ 厚揚げ・高野豆腐 豆乳・コチジャン	大豆
玉ねぎドレッシング	大豆・醤油小麦
つぼ漬け	醤油小麦・醤油大豆
チキンブイヨン	鶏肉・豚肉
ハヤシフレーク	小麦・大豆
デミグラスソース	小麦・大豆・鶏肉・豚肉
中華スープ	大豆・鶏肉・豚肉・ごま油・魚醤
テンメンジャン	大豆・ごま油・醤油小麦
みそラーメンスープ	醤油小麦・ごま・ゼラチン・大豆・鶏肉 豚肉・りんご
キムチの素	りんご・魚介類(魚醤・かたくちいわし) ごま油・魚エキス(たい)・オキアミ
白菜キムチ	りんご・大豆・醤油小麦・オキアミエキス
鮭そぼろ	魚(さけ)
ツナ油漬け	魚(きはだまぐろ)
鯛入りつみれ	魚(たら・まだい)・大豆・小麦
平天	魚(いとよりだい)