



8日(金) **入学式**

18日(月) **米粉ささみカツ**



ちくわとほうれん草のおかか炒め ポトフ
高野豆腐のフライ とうもろこしソテー

19日(火) **豚肉のバーベキューソース**



ツナサラダ かぼちゃの甘煮
手作りひじきふりかけ イタリアンドレッシング

20日(水) **スタミナ丼**



肉団子の甘酢煮 水菜のお浸し
みかん(缶詰)



21日(木) **サーモンフライ**



小松菜のごま和え ミートマカロニ
厚揚げチャンプルー プチゼリー(ピーチ)
ノンエッグタルタルソース

22日(金) **チキン南蛮**



ほうれん草のナムル 里芋のそぼろあん
はくさいのゆず和え

25日(月) **ソースヒレカツ**



キャベツソテー ジャーマンポテト
ツナと人参のごま炒め ごまめ

26日(火) **揚げ餃子**



チンジャオロース 炒めビーフン
大学芋 大根キムチ

27日(水) **たけのこご飯**



アスパラガスのかき揚げ すき焼き風煮
きゅうりの土佐煮 三色だんご

28日(木) **ハムカツ**



ピリカラ小松菜 豚肉とキャベツのスパゲッティ
フルーツミックス かつおのノルウェー風

4月の給食申し込みは

マークシート
3月15日(火)

インターネット
4月5日(火)

しめ切りです。

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!!



<p>18 (月) 米粉ささみカツ ちくわとほうれん草のおかか炒め ポトフ 高野豆腐のフライ とうもろこしソテー</p>	<p>19 (火) 豚肉のバーベキューソース ツナサラダ かぼちゃの甘煮 手作りひじきふりかけ イタリアンドレッシング</p>	<p>20 (水) スタミナ丼 肉団子の甘酢煮 水菜のお浸し みかん (缶詰)</p> <p style="text-align: center;"> スプーンの日</p>	<p>21 (木) サーモンフライ 小松菜のごま和え ミートマカロニ 厚揚げチャンプルー ブチゼリー (ピーチ) ノンエッグタルタルソース</p>	<p>22 (金) チキン南蛮 ほうれん草のナムル 里芋のそぼろあん はくさいのゆず和え</p>
<p>25 (月) ソースヒレカツ キャベツソテー ジャーマンポテト ツナと人参のごま炒め ごまめ</p> 	<p>26 (火) 揚げ餃子 チンジャオロース 炒めビーフン 大学芋 大根キムチ</p>	<p>27 (水) たけのこご飯 アスパラガスのかき揚げ すき焼き風煮 きゅうりの土佐煮 三色だんご</p>	<p>28 (木) ハムカツ ピリカラ小松菜 豚肉とキャベツのスパゲッティ フルーツミックス かつおのノルウェー風</p>	<p>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。</p> 
<p>4月の給食は18日(月)から開始します。15日まで給食はありません。</p> <p>定期テスト・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。</p> <p>献立表は全校共通で配布しています。 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。</p> 		<p>食券配付日のお知らせ</p> <p>配付予定日 4月分 4月13日(水)～15日(金) 5月分 4月26日(火)～28日(木)</p> <p>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。)</p>		<p>牛乳は給食時間中に 飲みましょう!</p> <p>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。</p> 

4月の給食費は3月15日(火)までに納付してください。
**給食の予約申込みは、マークシートが3月15日(火)、
インターネットが4月5日(火)締切いです。**

インターネットをご利用の方は、操作後に必ず「マイページ」→
「申込み確認とキャンセル」で申込みが完了しているか保護者の方が
ご確認ください。

マークシートをご利用の方は、3月15日までに配膳室のポストに
提出してください。(マークシートは配膳室で配布しています。)

**※ご注意ください※ 締切日を過ぎてからの予約はできません。
給食の予約・給食費の納付は締切りに余裕を持って行ってください。**



**払込票の再発行は
インターネットから
請求できます!**



払込票を紛失された場合は、給食予約システムの
「マイページ」にログイン後、「コンビニ払込用紙請求」
から払込票の金額・枚数を選択してお申込みください。
約2週間程度で学校を通じてお送りします。

保護者のみなさま

中学校給食は毎月の申込みが必要です！

※申込みの手順について説明していますので、必ずご確認ください。

《給食ご利用の流れ》

- 1 登録申請書を提出** 登録申請書に必要事項を記入して学校に提出します。
- 2 ID・パスワードと払込票の発行** 教育委員会で給食予約システムに登録し、予約申込み時に必要なID・パスワードを記載した「インターネット認証情報通知書」と、給食費を入金するための「払込票」を送付します。
- 3 給食費の入金 (毎月15日まで)** お近くのコンビニエンスストアで、給食費をお支払いください。(払込票1枚につき122円の振込手数料が必要です。)

原則、納付した2日後から申込みができます。

※金・土・日曜日に納付した場合は、月曜日の夜以降に申込みができます。(月曜日が祝日の場合は、祝日明け後の平日の夜以降になります。)

入金が予約システムに反映されるまで給食の申込みはできません。

※給食費6800円(20食分)を入金し、申込み食数が20食に満たない場合は、給食費残金に繰越されますので、次回以降の申込みにご利用いただけます。

- 4 給食の申込み** マークシート・インターネットから、利用したい日の給食を選びお申込みください。
※**マークシートは配膳室のポストへ毎月15日までに投函してください。**
インターネットは毎月20日(追加予約分は当月5日)が予約締切日です。
(インターネット予約は、16日以降の給食を追加予約できます。)

インターネットの申込後は、必ずマイページの「申込確認とキャンセル」より「予約完了」になっているか、保護者の方が確認してください。

- 5 食券の配付** **食券は配膳室にて配付します。**
(配付開始の目安は毎月25日頃～、追加予約分は10日頃～)
マークシートで申込みされた方には、申込結果が記載された「マークシート予約状況確認書」と「翌月分のマークシート」も合わせて配付します。

- 6 給食の受取り** 配膳室で「食券」と引き換えに「給食」を受取ります。
おはし・スプーンは各自でご持参ください。
食べ終えた容器は、配膳室に返却してください。

初めて給食を申し込んでみようかな…と思っている方へ

はじめまして



中学校給食は、「吹田市中学校給食登録申請書」をご提出いただくと、どなたでもご利用いただけます。登録申請書は、中学校で配布しているほか、吹田市教育委員会ホームページからもダウンロードできます。詳しくは保健給食室までお問合せください。

吹田市教育委員会 保健給食室 06-6155-8153



4月分の給食申込みについて

インターネットは3月1日から予約開始の予定です。
マークシートは、3月15日までに提出してください。

- ★来年度1学期の給食は4月18日(月)から開始します。
- ★3月20日に予約完了した4月分の給食は、追加予約期間(4月5日まで)であっても、キャンセルはできません。
- ★給食費の入金・給食の申込みは締切りまでに余裕を持って行ってください。

給食費の払込票について

- 来年度1学期分(4～7月)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、3月分の食券に添付します(食券配付は2月末の予定)。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申請するか、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ています。また、春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。

吹田市中学校給食 使用食材一覧表



令和4年 4月

【 毎日のエネルギーには、飲用牛乳の137kcalも含んでいます 】

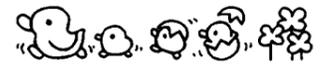
18(月)	たんぱく質	脂質	エネルギー	19(火)	たんぱく質	脂質	エネルギー	20(水)	たんぱく質	脂質	エネルギー
	32.7g	23.2g	810kcal		30.8g	31.5g	897kcal		34.2g	26.7g	848kcal
ごはん 米粉ささみカツ (冷)ホトとお米のささみカツ、揚げ油 ちくわとほうれん草のおかか炒め 焼き竹輪、ほうれん草、油、(濃)しょうゆ、みりん おかか ポトフ フラウカト、じゃがいも、キャベツ、人参、玉ねぎ、パセリ (冷)鶏がらスープ、(薄)しょうゆ、料理酒、塩、コンソメ 高野豆腐のフライ (冷)高野豆腐のフライ、揚げ油 とうもろこしソテー コシ、油、(濃)しょうゆ、パセリ、砂糖				ごはん 豚肉のバーベキューソース 豚肉、澱粉、小麦粉、揚げ油、玉ねぎ、コンソメ、油 リゾットクリーム、ケチャップ、赤りんご、(濃)しょうゆ、ウスターソース 砂糖、塩 ツナサラダ ツナ、キャベツ、きゅうり、人参、小松菜、油 かぼちゃの甘煮 かぼちゃ、(濃)しょうゆ、砂糖、削り節 手作りひじきふりかけ 干ひじき、(濃)しょうゆ、砂糖、みりん、削り節、ゆかり ごま イタリアンドレッシング 21kcal				ごはん スタミナ丼 豚肉、(濃)しょうゆ、料理酒、玉ねぎ、人参、にら、コンソメ、しょうゆ、油、赤味噌、ウスターソース、砂糖、豆板醤、ごま油 澱粉 肉団子の甘酢煮 (冷)肉団子、玉ねぎ、人参、油、ケチャップ、(濃)しょうゆ 砂糖、米酢、澱粉 水菜のお浸し きざみ揚げ、きょうな、人参、(薄)しょうゆ、砂糖 みりん、削り節 みかん(缶詰) 22kcal			
21(木)	たんぱく質	脂質	エネルギー	22(金)	たんぱく質	脂質	エネルギー	25(月)	たんぱく質	脂質	エネルギー
	31.0g	27.9g	866kcal		38.3g	22.0g	831kcal		33.1g	25.7g	854kcal
ごはん サーモンフライ (冷)サーモンフライ、揚げ油 小松菜のごま和え 小松菜、(濃)しょうゆ、ごま、砂糖、削り節 ミートマカロニ 豚肉、鶏レバー、マカロニ、玉ねぎ、人参、油、トマトソース、ケチャップ ウスターソース、塩、コンソメ、コンソメ 厚揚げチャンプルー 豚肉、(濃)しょうゆ、料理酒、ミ厚揚げ、玉ねぎ、人参 竹刀、油、しょうゆ、ごま油、澱粉 プチゼリー(ピーチ) 16kcal ノンエッグタルタルソース 23kcal				ごはん チキン南蛮 鶏肉、コンソメ、しょうゆ、(濃)しょうゆ、料理酒、コンソメ、澱粉 揚げ油、白ねぎ、ごま油、米酢、砂糖、豆板醤 ほうれん草のナムル 焼豚、ほうれん草、人参、切干大根、塩、(濃)しょうゆ ごま、ごま油 里芋のそぼろあん 鶏肉、里芋、しょうゆ、(濃)しょうゆ、砂糖、料理酒、みりん 削り節、澱粉 はくさいのゆず和え 白菜、小松菜、しめじ、油、(薄)しょうゆ、砂糖、みりん だし昆布、ゆず果汁				ごはん ソースヒレカツ (冷)ヒレカツ、揚げ油、トウモロコシ、ケチャップ、砂糖、からし キャベツソテー キャベツ、小松菜、油、塩、(薄)しょうゆ、コンソメ ジャーマンポテト パン、じゃがいも、玉ねぎ、コンソメ、油、(濃)しょうゆ、塩 コンソメ ツナと人参のごま炒め ツナ、人参、油、みりん、(濃)しょうゆ、塩、コンソメ、削り節 ごま、ごま油 ごまめ (冷)かえりちりめん、澱粉、揚げ油、砂糖、(濃)しょうゆ			
26(火)	たんぱく質	脂質	エネルギー	27(水)	たんぱく質	脂質	エネルギー	28(木)	たんぱく質	脂質	エネルギー
	27.7g	25.1g	864kcal		28.2g	22.1g	811kcal		34.1g	23.6g	860kcal
ごはん 揚げ餃子 (冷)餃子、揚げ油 チンジャオロース 牛肉、料理酒、(濃)しょうゆ、竹刀、ピーマン、しょうゆ、油 砂糖、ウスターソース、澱粉 炒めピーマン 豚肉、料理酒、(濃)しょうゆ、ピーマン、キャベツ、玉ねぎ しょうゆ、人参、干し椎茸、油、ウスターソース、塩、コンソメ ごま油 大学芋 さつまいも、揚げ油、黒砂糖、砂糖、(濃)しょうゆ、ごま 大根キムチ 大根、青ねぎ、コンソメ、しょうゆ、ごま油、パセリ、米酢 (薄)しょうゆ、塩、豆板醤、ごま				たけのご飯(大盛不可) 米、きざみ揚げ、竹刀、人参、(濃)しょうゆ (薄)しょうゆ、料理酒、塩、削り節、だし昆布 アスパラガスのかき揚げ (冷)ちりめんじゃこ、玉ねぎ、じゃがいも、人参 アスパラガス、小麦粉、澱粉、塩、揚げ油 すき焼き風煮 豚肉、焼き豆腐、白菜、人参、白ねぎ、春菊、しらたき 油、(濃)しょうゆ、砂糖、みりん きゅうりの土佐煮 きゅうり、しょうゆ、油、(薄)しょうゆ、おかか 三色だんご(こつぶ大福 赤・白・草) 赤色大福(米粉、こしあん、砂糖、澱粉) 白色大福(上新粉、白あん、砂糖、澱粉) 草色大福(上新粉、こしあん、砂糖、よもぎ、澱粉)				ごはん ハムカツ (冷)ポロカツ、揚げ油 ピリカラ小松菜 小松菜、油、(濃)しょうゆ、豆板醤、砂糖、ごま、ごま油 豚肉とキャベツのスパゲッティ 豚肉、スパゲッティ、キャベツ、玉ねぎ、しめじ、コンソメ オリーブオイル、(薄)しょうゆ、塩、コンソメ、唐辛子 フルーツミックス 黄桃(缶)、みかん(缶)、りんご(缶) かつおのノルウェー風 (冷)かつおなまり節、澱粉、揚げ油、ケチャップ、ウスターソース 砂糖			



給食費は15日までに
納付してください。
残金は繰り越され卒業時まで
ご使用いただけます。
残金不足の場合は
給食の申し込みができませんので
ご注意ください。



4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
4月平均値	848 kcal	15 %	27 %	366 mg	102 mg	3.74 mg	331 μgRE	0.59 mg	0.58 mg	40 mg	5.3 g	2.3 g
文部科学省基準	830 kcal	13 ~20 %	20 ~30 %	450 mg	120 mg	4.00 mg	300 μgRAE	0.50 mg	0.60 mg	30 mg	6.5 g	2.5 g未満

アレルギー物質を含む食品の一覧

※飲用牛乳は除く

使用日	特定原材料				特定原材料に準ずるもの						
	卵	乳	小麦	えび	豚肉	鶏肉	大豆	さば	りんご	ごま	その他
4月18日			○		○	○	○				
4月19日			○		○		○	○	○		
4月20日			○		○	○	○	○	○		
4月21日			○		○	○	○	○	○		さけ もも
4月22日			○		○	○	○	○	○		
4月25日			○		○	○	○	○	○		
4月26日			○		○	○	○	○	○		牛肉
4月27日		○	○		○		○	○			
4月28日			○		○	○	○	○	○		もも



※給食には「落花生」「そば」「かに」は使用していません。

アレルギー物質を含む食品の一覧は、調味料・だし等に少量含まれている場合も表示しています。(油:大豆、醤油:大豆・小麦、ウスターソース:りんご、削り節:さば等)揚げ油は同じ油で別の食材も調理しているため、アレルギー物質の溶出や混入の可能性があります。加工食品などの原材料の詳細を希望される方はお問い合わせください。

吹田市教育委員会 保健給食室

06 - 6155 - 8153