

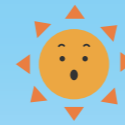


7月の給食申し込みは

マークシート
6月15日(水)

インターネット
6月20日(月)

しめ切り
です。



7月19日分は
7月5日(火)まで
追加予約ができます
※インターネットのみ

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(金) たこ飯



半夏生

サクサクガネ すき焼き風煮
ほうれん草のごま和え わらび餅

8日(金) アップルパン



アジフライ マッシュポテト
かぼちゃのクリーム煮
パンの日 キャベツのサワークルー ミックスゼリー



15日(金) 韓国風寄せ揚げ



タットリタン ほうれん草のナムル
甘辛じゃこ豆 冷凍みかん



4日(月) カツカレー



はりはり漬け
黄桃(缶詰)

5日(火) 豚キムチ



ちくわの磯辺揚げ さつまいもの甘煮
ピリカラきゅうり

6日(水) 鶏のから揚げ



マーボーなす ピリカラ小松菜
フルーツナタデココ

7日(木) セタ冷麺・星形オムレツ



七夕献立

白花豆コロッケ こんにゃくちりめん
鶏肉と大豆のしょうゆ煮 中華ドレッシング

11日(月) 和風おろしハンバーグ



ほうれん草のお浸し 焼きそば風スパゲッティ
紫芋のごまだんご たらこにんじん

12日(火) タコライス



いかフライ オクラのごま和え
豚肉と切干大根の炒め物

13日(水) ウィンナーピラフ



Spoonの日

さわらの天ぷら ピリカラこんにゃく
茎わかめのサラダ 茹でとうもろこし
フルーツ白玉 青じそドレッシング

14日(木) 豚肉のノルウェー風



NEW

鶏肉とはくさいの煮物 枝豆
りんご(缶詰)

19日(火) ホッケのガーリックパン粉焼き



豚肉とピーマンの炒め物 野菜のグラタン
じゃがいものしょうゆ煮 ツナとわかめのさつと煮

20日(水)

終業式



18日(月) 海の日



※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。

～ 食券・払込票配付のおしらせ ～

7月の食券は6月27日(月)～29日(水)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。受け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。

1 (金) たこ飯

サクサクガネ
すき焼き風煮
ほうれん草のごま和え
わらび餅



半夏生

<p>4 (月) カツカレー</p> <p>はりはり漬け 黄桃(缶詰)</p> <p>スプーンの日 </p>	<p>5 (火) 豚キムチ</p> <p>ちくわの磯辺揚げ さつまいもの甘煮 ピリカラきゅうり</p>	<p>6 (水) 鶏のから揚げ</p> <p>マーボーなす ピリカラ小松菜 フルーツナタデココ</p>	<p>7 (木) セタ冷麺・星形オムレツ</p> <p>白花豆コロッケ こんにゃくちりめん 鶏肉と大豆のしょうゆ煮 中華ドレッシング</p> <p>セタ献立 </p>	<p>8 (金) アップルパン</p> <p>アジフライ マッシュポテト かぼちゃのクリーム煮 キャベツのサワーソテー ミックスゼリー</p> <p>パンの日 </p>
<p>11 (月) 和風おろしハンバーグ</p> <p>ほうれん草のお浸し 焼きそば風スパゲッティ 紫芋のごまだんご たらこにんじん</p>	<p>12 (火) タコライス</p> <p>いかフライ オクラのごま和え 豚肉と切干大根の炒め物</p> <p>スプーンの日 </p>	<p>13 (水) ウィンナーピラフ</p> <p>さわらの天ぷら ^{New!!} ピリカラこんにゃく 茎わかめのサラダ 茹でとうもろこし フルーツ白玉 青じそドレッシング</p> <p>スプーンの日 </p>	<p>14 (木) 豚肉のノルウェー風</p> <p>鶏肉とはくさいの煮物 ^{New!!} 枝豆 りんご(缶詰)</p>	<p>15 (金) 韓国風寄せ揚げ</p> <p>タットリタン ほうれん草のナムル 甘辛じゃこ豆 冷凍みかん</p>

16日以降の給食はインターネットのみ
7月5日(火)まで追加予約ができます!

19 (火) ホッケのガーリックパン粉焼き

豚肉とピーマンの炒め物
野菜のグラタン
じゃがいものしょうゆ煮
ツナとわかめのさっと煮

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。

7月の給食費は6月15日(水)までに納付してください。
マークシートの申込みは6月15日(水)締切りです。
インターネットの申込みは、1回目(1～19日分)は6月20日(月)締切り、2回目(19日分)は7月5日(火)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はできませんので、ご注意ください。

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様、よろしくお願いいたします。



吹田市中学校給食予約システム
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(木)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。
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ています。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。



夏のお弁当はいたみやすく心配ですね。
給食は配膳室で食べる直前まで
温度管理して安全に提供しています。
暑い夏はぜひ中学校給食をご利用くださいね。

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. 毎朝作りたい・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。



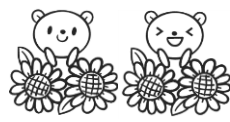
よくあるお問合せ

「学校の行事（テスト・遠足など）がある日に
申し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4年 7月

【 毎日のエネルギーには、飲用牛乳の137kcalも含まれています 】

1(金)	たんぱく質	脂質	エネルギー	4(月)	たんぱく質	脂質	エネルギー	5(火)	たんぱく質	脂質	エネルギー	6(水)	たんぱく質	脂質	エネルギー																		
	28.2g	21.1g	813kcal		31.3g	21.1g	825kcal		28.6g	21.8g	809kcal		39.5g	30.5g	889kcal																		
たご飯(大盛不可) 米、(冷)たご、(濃)しょうゆ、料理酒、ヨウカ みりん、塩、削り節 サクサクガネ さつまいも、玉ねぎ、人参、ごぼう、小麦粉 澱粉、砂糖、塩、揚げ油 すき焼き風煮 豚肉、焼き豆腐、ワサビ、人参、白ねぎ、きょうな しらたき、油、(濃)しょうゆ、砂糖、みりん ほうれん草のごま和え ほうれん草、ごま、砂糖、(濃)しょうゆ わらび餅(きな粉)	337kcal	173kcal	80kcal	29kcal	57kcal	ごはん ポークカレー 豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、ニンニク、ヨウカ 油、小麦粉、(冷)小麦粉、ケチャップ、リゾット (濃)しょうゆ、ウスターソース、コンソメ、カレー粉、塩 ハチマシ、タシ ヒレカツ (冷)ヒレカツ、揚げ油 はりはり漬け 切干大根、米酢、砂糖、(薄)しょうゆ 黄桃(缶詰)	342kcal	171kcal	126kcal	29kcal	20kcal	ごはん 豚キムチ 豚肉、料理酒、(濃)しょうゆ、白菜、ワサビ、ワサビ 人参、小松菜、タマネギ、油、豆板醤 ちくわの磯辺揚げ 焼き竹輪、澱粉、コシカサチ、油、あおさ パン粉、揚げ油 さつまいもの甘煮 さつまいも、(濃)しょうゆ、砂糖、削り節 ピリカラきゅうり きゅうり、油、(濃)しょうゆ、砂糖、豆板醤 ごま油	342kcal	152kcal	91kcal	73kcal	14kcal	ごはん 鶏のから揚げ 鶏肉、ニンニク、ヨウカ、(濃)しょうゆ、料理酒 澱粉、揚げ油 マーボーなす 豚肉、なす、玉ねぎ、人参、ニンニク、ヨウカ、油 赤だし味噌、(濃)しょうゆ、砂糖、豆板醤 澱粉、ごま油 ピリカラ小松菜 小松菜、油、(濃)しょうゆ、砂糖、豆板醤 ごま、ごま油 フルーツナタデココ みかん(缶)、ナタデココ	342kcal	265kcal	99kcal	25kcal	21kcal										
7(木)	たんぱく質	脂質	エネルギー	8(金)	たんぱく質	脂質	エネルギー	11(月)	たんぱく質	脂質	エネルギー	12(火)	たんぱく質	脂質	エネルギー																		
31.9g	24.3g	868kcal	39.3g	29.0g	897kcal	31.9g	27.0g	887kcal	35.3g	26.6g	847kcal	ごはん セブチ 中華麺、オリーブオイル、サシマック、料理酒 ほうれん草、小大豆もやし、人参、油 (薄)しょうゆ、ごま、ごま油 星形オムレツ (冷)星形オムレツ 白花豆コロッケ (冷)白花豆コロッケ、揚げ油 こんにやくちりめん (冷)ちりめんじゃこ、ピーマン、こんにやく 油、(薄)しょうゆ、砂糖、ごま 鶏肉と大豆のしょうゆ煮 鶏肉、大豆、(濃)しょうゆ、砂糖、料理酒 中華ドレッシング	342kcal	152kcal	35kcal	110kcal	29kcal	47kcal	16kcal	アップルパン(大盛不可) アジフライ (冷)アジフライ、揚げ油 マッシュポテト じゃがいも、塩、ヨウカ かぼちゃのクリーム煮 鶏肉、かぼちゃ、玉ねぎ、人参、油、塩、ヨウカ パン粉、小麦粉、牛乳、チーズ、パセリ、パン粉 オリーブオイル キャベツのサワーソース (冷)キャベツ、油、塩、ヨウカ、米酢 ミックスゼリー (冷)彩り三色ゼリー	342kcal	160kcal	10kcal	98kcal	122kcal	18kcal	ごはん 和風おろしハンバーグ (冷)ハンバーグ、大根、玉ねぎ、青ねぎ (濃)しょうゆ、砂糖、料理酒、みりん 削り節、澱粉 ほうれん草のお浸し ほうれん草、(濃)しょうゆ、砂糖、みりん 削り節 焼きそば風スパゲッティ 豚肉、焼き竹輪、スパゲッティ、玉ねぎ 小大豆もやし、人参、にら、油、トカチソース ウスターソース、ケチャップ、(濃)しょうゆ、塩、ヨウカ おかか、あおさ 紫芋のごまだんご (冷)紫芋のごまだんご、揚げ油 たらこにんじん (冷)たらこ、人参、油、(薄)しょうゆ、料理酒	342kcal	202kcal	111kcal	26kcal	29kcal	ごはん タコライス 牛肉、鶏卵、大豆、玉ねぎ、人参、油、ケチャップ ウスターソース、カレー粉、塩、卵、ケチャップ、チーズ キャベツ、小松菜、(薄)しょうゆ、ヨウカ いかフライ (冷)いかフライ、揚げ油 オクラのごま和え オクラ、(濃)しょうゆ、ごま、砂糖 豚肉と切干大根の炒め物 豚肉、料理酒、(濃)しょうゆ、小松菜、人参 切干大根、油、砂糖、米酢
13(水)	たんぱく質	脂質	エネルギー	14(木)	たんぱく質	脂質	エネルギー	15(金)	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																		
27.0g	26.4g	835kcal	40.8g	26.0g	887kcal	31.1g	26.1g	898kcal	28.0g	25.8g	811kcal	ごはん ホッケのガーリックパン粉焼き (冷)ホッケ、ヨウカ、パン粉、オリーブオイル、ガーリックパウダー パセリ 豚肉とピーマンの炒め物 豚肉、ピーマン、人参、油、みりん、(濃)しょうゆ 塩、ヨウカ、ごま油 野菜のグラタン (冷)国産野菜のグラタン じゃがいものしょうゆ煮 じゃがいも、みりん、(濃)しょうゆ、砂糖 削り節 ツナとわかめのさっと煮 わかめ、ツナ、料理酒、(薄)しょうゆ、みりん ごま、削り節																					
ウインナーピラフ(大盛不可) 米、ウインナー、玉ねぎ、油、人参、(冷)鶏がらスープ (薄)しょうゆ、塩、ヨウカ さわらの天ぷら (冷)さわらの天ぷら、揚げ油 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 莖わかめのサラダ 莖わかめ、キャベツ、小松菜、人参 茹でとうもろこし (冷)カット、塩 フルーツ白玉 (冷)だんご、みかん(缶)、黄桃(缶)、砂糖 青じそドレッシング	400kcal	172kcal	17kcal	15kcal	34kcal	49kcal	11kcal	ごはん 豚肉のノルウェー風 豚肉、小麦粉、澱粉、揚げ油、ケチャップ、ウスターソース 砂糖 鶏肉とはくさいの煮物 鶏肉、ワサビ、大根、人参、白ねぎ、しめじ、油 料理酒、(薄)しょうゆ、砂糖、塩、削り節、澱粉 枝豆 (冷)枝豆 りんご(缶詰)	342kcal	297kcal	52kcal	34kcal	25kcal	ごはん 韓国風寄せ揚げ ツナ、じゃがいも、白菜、玉ねぎ、にら 小麦粉、澱粉、塩、揚げ油 タットリタン 鶏肉、ニンニク、ヨウカ、(濃)しょうゆ、チヂミソース 砂糖、じゃがいも、キャベツ、玉ねぎ、人参 小松菜、油、料理酒、みりん、塩、削り節 ごま油 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 甘辛じゃこ豆 (冷)かえりちりめん、大豆、澱粉、揚げ油 砂糖、(濃)しょうゆ 冷凍みかん	342kcal	170kcal	97kcal	36kcal	94kcal	22kcal	ごはん ホッケのガーリックパン粉焼き (冷)ホッケ、ヨウカ、パン粉、オリーブオイル、ガーリックパウダー パセリ 豚肉とピーマンの炒め物 豚肉、ピーマン、人参、油、みりん、(濃)しょうゆ 塩、ヨウカ、ごま油 野菜のグラタン (冷)国産野菜のグラタン じゃがいものしょうゆ煮 じゃがいも、みりん、(濃)しょうゆ、砂糖 削り節 ツナとわかめのさっと煮 わかめ、ツナ、料理酒、(薄)しょうゆ、みりん ごま、削り節												

7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
7月平均値	855kcal	15%	27%	361mg	110mg	3.53mg	352μgRE	0.58mg	0.60mg	37mg	6.3g	2.50g
文部科学省基準	830kcal	13~20%	20~30%	450mg	120mg	4.00mg	300μgRAE	0.50mg	0.60mg	30mg	6.5g	2.5g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
7月1日			○		○		○	○		○	
7月4日			○		○	○	○		○		もも
7月5日			○		○		○	○		○	
7月6日			○		○	○	○		○		
7月7日	○	○	○		○	○	○		○	○	
7月8日		○	○		○	○	○		○		
7月11日	○	○	○		○	○	○	○	○	○	
7月12日		○	○		○	○	○		○		牛肉 いか
7月13日			○		○	○	○		○		もも
7月14日			○		○	○	○	○	○		
7月15日			○		○	○	○	○	○		
7月19日			○		○		○	○	○		

※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

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。