

令和7年 4月 学校給食献立表 (中学生)

* 献立はやむを得ない事情により変更することがあります

月	火	水	木	金																																
使用している材料等詳細は「週間献立表」をご確認ください。 画面をスクロールするか、「学校給食献立表」の日々の献立名をクリックすると「週間献立表」に移動します。			10 米飯 ドレッシングサラダ 骨太カレー カクテルゼリー 牛乳	11 米飯 さばの磯辺揚げ すまし汁 うめじそふりかけ（袋） ベーコンとごぼうのいため物 牛乳																																
14 新じゃがごはん 春キャベツのナムル 春野菜の豚汁 味付けいりこ れんこんのきんぴら 牛乳	15 米飯 酢豚 肉団子のスープ 塩昆布 糸こんにゃくのいため煮 牛乳	16 コーンライス 白身魚のバジル焼き トマトシチュー スライスチーズ ぶどうゼリー 牛乳	17 米飯 豚肉のソースいため みそ汁 わかめふりかけ（袋） えのきとささみのポン酢しょうゆ 牛乳	18 米飯 肉じゃが 五目うどん じゃこのつくだ煮 はくさいのとろとろ煮 牛乳																																
21 たけのことアスパラの混ぜごはん さわらのたつた揚げ（梅マヨ風味） キャベツたっぷりスープ だいこんサラダ ヨーグルトドリンク	22 米飯 豚キムチ 春雨スープ 昆布ふりかけ（袋） チヂミ 牛乳	23 米飯 ハンバーグ（いりどりソース） けんちん汁 牛肉とれんこんのいため物 牛乳	24 米飯 フルーツカクテル ポークカレー 角チーズ 野菜ソテー 牛乳	25 米飯 ピビンパ 中華スープ のり塩ポテト 牛乳																																
28 米飯 鶏肉のから揚げ 根菜のみそ汁 さかなふりかけ（袋） キャベツの和風サラダ 牛乳	29 	30 キャロットライス 鶏肉のアップルソース焼き グリーンポタージュ はくさいのごまいため ヨーグルトドリンク	<table><tr><th rowspan="3"></th><th colspan="8">一ヶ月 平均</th></tr><tr><th rowspan="2">エネルギー (kcal)</th><th rowspan="2">たんぱく質 (g)</th><th rowspan="2">脂質 (g)</th><th rowspan="2">カルシウム (mg)</th><th rowspan="2">鉄 (mg)</th><th colspan="4">ビタミン</th></tr><tr><th>A (μgRAE)</th><th>B1 (mg)</th><th>B2 (mg)</th><th>C (mg)</th></tr><tr><td>中学生</td><td>809</td><td>30.7</td><td>24.6</td><td>427</td><td>2.8</td><td>297</td><td>0.50</td><td>0.55</td><td>32</td></tr></table>			一ヶ月 平均								エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミン				A (μgRAE)	B1 (mg)	B2 (mg)	C (mg)	中学生	809	30.7	24.6	427	2.8	297	0.50	0.55	32
	一ヶ月 平均																																			
	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)		鉄 (mg)	ビタミン																													
					A (μgRAE)		B1 (mg)	B2 (mg)	C (mg)																											
中学生	809	30.7	24.6	427	2.8	297	0.50	0.55	32																											

箕面市の牛乳パックは環境に優しい素材でできています！

箕面市で使用している牛乳パックは、原料の99%が植物由来なので、燃焼時に排出されるCO2 (二酸化炭素) はほぼゼロです。また、植物 由来原料は再生可能資源なので、飲み終わった牛乳パックをリサイクルすることで、ゴミを減らすことができます。ストローにも植物由来原料が一部使用されており、環境への負荷がとて低いことから、子どもたちが安全に、安心して牛乳を飲めるように、箕面市ではストローを使用しています。



週 間 献 立 表

「学校給食献立表」に戻る場合はここをクリックしてください

令和7年

4月7日(月)			4月8日(火)			4月9日(水)			4月10日(木)			4月11日(金)		
									米飯 ドレッシングサラダ 骨太カレー カクテルゼリー 牛乳			米飯 さばの磯辺揚げ すまし汁 うめじそふりかけ(袋) ベーコンとごぼうのいため物 牛乳		
食品名	中学		食品名	中学		食品名	中学		食品名	中学		食品名	中学	
									米	100 g		米	100 g	
									水	140 g		水	140 g	
									鶏肉	16.5 g		さば	60 g	
									キャベツ	27.5 g		青のり	0.24 g	
									にんじん	11 g		上新粉	8.4 g	
									きゅうり	5.5 g		塩	0.24 g	
									油	1.1 g		油	6 g	
									酢	1.1 g		鶏肉	16.5 g	
									塩	0.22 g		はくさい	22 g	
									砂糖	0.33 g		たまねぎ	22 g	
									こしょう	0.01 g		にんじん	11 g	
									豚肉	33 g		チンゲンサイ	11 g	
									たまねぎ	44 g		だし昆布	0.55 g	
									じゃがいも	22 g		けずり節	1.65 g	
									れんこん	11 g		水	110 g	
									にんじん	11 g		塩	0.66 g	
									つきこんにゃく	11 g		しょうゆ	1.1 g	
									ひじき	1.1 g		うめじそふりかけ	1 袋	
									こまつな	11 g		ベーコン	10 g	
									にんにく	0.33 g		ささがきごぼう	15 g	
									しょうが	0.33 g		たまねぎ	15 g	
									塩	0.72 g		にんじん	10 g	
									油	1.2 g		油	1 g	
									ブイヨン(缶)	6 g		砂糖	1 g	
									トマトケチャップ	8.4 g		しょうゆ	2 g	
									ウスターソース	3.6 g		みりん	1 g	
									しょうゆ	3.6 g		牛乳	1 本	
									りんごピューレ(缶)	7.2 g				
									上新粉	4.8 g				
									油	3.6 g				
									カレー粉	0.84 g				
									水	72 g				
									白桃(缶)	25 g				
									カットゼリー(みかん)	25 g				
									牛乳	1 本				

[「学校給食献立表」に戻る場合はここをクリックしてください](#)

4月14日(月)		4月15日(火)		4月16日(水)		4月17日(木)		4月18日(金)	
新じゃがごはん 春キャベツのナムル 春野菜の豚汁 味付けいりこ れんこんのきんぴら 牛乳		米飯 酢豚 肉団子のスープ 塩昆布 糸こんにゃくのいため煮 牛乳		コーンライス 白身魚のバジル焼き トマトシチュー スライスチーズ ぶどうゼリー 牛乳		米飯 豚肉のソースいため みそ汁 わかめふりかけ(袋) えのきとささみのポン酢しょうゆ 牛乳		米飯 肉じゃが 五目うどん じゃこのつくだ煮 はくさいのとろとろ煮 牛乳	
食品名	中学	食品名	中学	食品名	中学	食品名	中学	食品名	中学
米	90 g	米	100 g	米	100 g	米	100 g	米	100 g
水	126 g	水	140 g	水	140 g	水	140 g	水	140 g
新じゃがいも	30 g	豚肉	48 g	ホールコーン	15 g	豚肉	42 g	牛肉	30 g
だし昆布	0.1 g	しょうが	0.36 g	ガラスープ	3 g	たまねぎ	24 g	じゃがいも	36 g
しょうゆ	1 g	酒	1.2 g	塩	1 g	キャベツ	18 g	たまねぎ	30 g
塩	1 g	しょうゆ	1.2 g	こしょう	0.01 g	にんじん	6 g	にんじん	12 g
みりん	1 g	でんぶん	6 g	油	2 g	油	1.2 g	さいいんげん	6 g
鶏肉	27.5 g	油	4.8 g	ホキ	60 g	ウスターソース	3.6 g	油	1.2 g
新キャベツ	27.5 g	たまねぎ	24 g	酒	1.2 g	塩	0.12 g	水	12 g
もやし	11 g	にんじん	18 g	塩	0.24 g	こしょう	0.01 g	砂糖	2.4 g
にんじん	11 g	ピーマン(青)	6 g	バジルペースト	3.6 g	豆腐(冷)	27.5 g	しょうゆ	3.6 g
砂糖	0.55 g	水	12 g	鶏肉	38.5 g	じゃがいも	33 g	米粉平麺(太)	5.5 g
しょうゆ	1.1 g	油	1.2 g	塩	0.11 g	たまねぎ	16.5 g	油揚げ	3.3 g
塩	0.22 g	しょうゆ	2.4 g	こしょう	0.01 g	にんじん	11 g	たまねぎ	27.5 g
ごま油	1.1 g	酢	2.4 g	酒	1.1 g	ほうれんそう	5.5 g	だいこん	22 g
豚肉	22 g	砂糖	1.2 g	じゃがいも	33 g	赤みそ	5.5 g	にんじん	11 g
しょうが	0.33 g	肉だんご(チキン)	22 g	たまねぎ	33 g	信州みそ	4.4 g	こまつな	11 g
生揚げ	22 g	たまねぎ	22 g	にんじん	11 g	煮干し	4.4 g	だし昆布	0.55 g
たまねぎ	22 g	にんじん	16.5 g	キャベツ	11 g	水	110 g	けずり節	1.65 g
にんじん	11 g	はくさい	16.5 g	油	1.1 g	わかめふりかけ	1 袋	水	110 g
たけのこ(水煮)	5.5 g	チンゲンサイ	8.8 g	ホールトマト(缶)	11 g	鶏肉	25 g	塩	0.66 g
ささがきごぼう	5.5 g	だし昆布	0.55 g	トマトケチャップ	11 g	えのきたけ	10 g	しょうゆ	1.1 g
さやえんどう	3.3 g	ガラスープ	4.4 g	上新粉	4.4 g	きゅうり	15 g	みりん	1.1 g
赤みそ	5.5 g	水	110 g	油	3.3 g	にんじん	5 g	ちりめんじゃこ	7.2 g
信州みそ	4.4 g	しょうゆ	1.1 g	ブイヨン(缶)	4.4 g	白ごま	1 g	砂糖	1.2 g
煮干し	3.3 g	塩	0.66 g	水	66 g	ゆず果汁	1.5 g	しょうゆ	1.2 g
水	110 g	こしょう	0.02 g	砂糖	0.11 g	しょうゆ	1.5 g	みりん	1.2 g
油	1.1 g	塩昆布	2.2 g	塩	0.55 g	塩	0.2 g	ベーコン	10 g
味付けいりこ	1 袋	牛肉	10 g	こしょう	0.01 g	砂糖	0.5 g	はくさい	30 g
焼き竹輪	10 g	糸こんにゃく	25 g	スライスチーズ	1 枚	牛乳	1 本	にんじん	10 g
れんこん	20 g	たまねぎ	20 g	ぶどうゼリー	1 個			ブイヨン(缶)	2 g
にんじん	15 g	にんじん	5 g	牛乳	1 本			塩	0.1 g
ピーマン(青)	5 g	にら	5 g					しょうゆ	1 g
油	1 g	油	1 g					みりん	1 g
しょうゆ	2 g	塩	0.1 g					でんぶん	0.5 g
砂糖	0.5 g	こしょう	0.01 g					油	1 g
牛乳	1 本	酒	1 g					水	10 g
		砂糖	1.5 g					牛乳	1 本
		しょうゆ	2 g						
		牛乳	1 本						

週 間 献 立 表

「学校給食献立表」に戻る場合はここをクリックしてください

令和7年

4月28日(月)			4月29日(火)			4月30日(水)					
米飯 鶏肉のから揚げ 根菜のみそ汁 さかなふりかけ(袋) キャベツの和風サラダ 牛乳						キャロットライス 鶏肉のアップルソース焼き グリーンポタージュ はくさいのごまいため ヨーグルトドリンク					
食品名	中学		食品名	中学		食品名	中学				
米	100 g					米	100 g				
水	140 g					水	140 g				
鶏肉	72 g					にんじん	10 g				
塩	0.36 g					ガラスープ	3 g				
こしょう	0.01 g					塩	1 g				
にんにく	0.24 g					こしょう	0.01 g				
酒	2.4 g					油	2 g				
でんぷん	12 g					鶏肉	66 g				
油	7.2 g					たまねぎ	12 g				
たまねぎ	22 g					りんごピューレ(缶)	7.2 g				
だいこん	16.5 g					砂糖	0.96 g				
にんじん	11 g					しょうゆ	2.4 g				
れんこん	11 g					塩	0.18 g				
つきこんにやく	11 g					こしょう	0.01 g				
葉ねぎ	5.5 g					ウインナーソーセージ	16.5 g				
赤みそ	5.5 g					じゃがいも	27.5 g				
信州みそ	4.4 g					たまねぎ	22 g				
煮干し	4.4 g					にんじん	11 g				
水	110 g					クリームコーン(缶)	5.5 g				
さかなふりかけ	1 袋					むきえんどう	15 g				
焼き豚	10 g					油	1.1 g				
キャベツ	30 g					ブイヨン(缶)	4.4 g				
にんじん	10 g					豆乳	22 g				
ホールコーン	5 g					水	88 g				
塩昆布	1 g					塩	0.77 g				
油	1 g					こしょう	0.02 g				
酢	2 g					でんぷん	1.1 g				
砂糖	0.5 g					牛肉	15 g				
牛乳	1 本					はくさい	35 g				
						にんじん	10 g				
						しょうゆ	1.5 g				
						砂糖	0.5 g				
						白ごま	1 g				
						油	1 g				
						ヨーグルトドリンク	1 本				