

令和8年4月

給食予定献立表

泉佐野市立中学校給食センター

泉佐野市では、地産地消と食育推進の一環として、泉州産野菜を使用しています。
 泉州産野菜には、コックベアマークがついています。
 今月の給食で使用予定の特別栽培米は斜体で、泉州産野菜(小松菜、新玉ねぎ、青ねぎ)は太字で記載しています。
 令和6年4月よりSDGsの観点から、オーガニック給食を実施しています。
 有機食品は、にら、ピーマン、人参、干しいたけ、こしょう、濃口しょうゆ、薄口しょうゆを使用しています。



卵、卵を含む加工食品には★、牛乳、乳を含む加工食品には■印をつけ、白抜き文字にしています。

日付	献立名	エネルギー(kcal) 蛋白質エネルギー比(%) 脂質エネルギー比(%)	使用食材						
			牛乳 ■牛乳	ごはん 精白米	豚汁 八宝菜	コロッケ	きゅうりとツナの生姜和え		
9 (木)	牛乳 ごはん 豚汁 コロッケ きゅうりとツナの生姜和え 	748 14.3% 29.0%	■牛乳	精白米	豚肉 豆腐 オーガニック人参 大根 新玉ねぎ つきこんにやく 青ねぎ 赤みそ 白みそ	ポテトコロッケ 揚げ油(米) 豚カツソース ウスターソース トマトケチャップ 砂糖 赤ワイン	きゅうり まぐろツナ(油漬け) 土生姜 オーガニック濃口しょうゆ 砂糖		
10 (金)	牛乳 ごはん 八宝菜 春巻き(1人2本) 海藻サラダ 入学・進級祝いデザート (豆乳といちごジャムの米粉クレープ) 	898 11.2% 35.0%	■牛乳	精白米	鶏肉 ミニ厚揚げ 新玉ねぎ オーガニック人参 白菜 たけのこ水煮 オーガニック干しいたけ オーガニックピーマン もやし	土生姜 サラダ油(米) 薄口しょうゆ オーガニック濃口しょうゆ 塩 料理酒 オーガニックこしょう 鶏がらスープ ばれいしよでんぶん	春巻き(1人2本) 揚げ油(米)	海藻サラダ まぐろツナ(油漬け) きゅうり 干わかめ 耐熱寒天 塩 オーガニックこしょう 青じそドレッシング	入学・進級祝いデザート 豆乳といちごジャムの米粉クレープ
13 (月)	牛乳 ごはん 若竹汁 さばのおろししょうゆかけ じゃがいものそぼろ煮 	722 19.8% 27.7%	■牛乳	精白米	若竹汁 たけのこ水煮 干わかめ 豆腐 オーガニック人参 かまぼこ えのきたけ 薄口しょうゆ 塩 みりん	削り節 出し昆布	さばのおろししょうゆかけ	じゃがいものそぼろ煮 じゃがいも みりん 鶏ひき肉 料理酒 オーガニック人参 サラダ油(米) 棒天 削り節 出し昆布 土生姜 薄口しょうゆ オーガニック濃口しょうゆ 砂糖	
14 (火)	牛乳 カレーライス ハムステーキ 春野菜のサラダ 	749 16.2% 27.0%	■牛乳	精白米	豚肉 じゃがいも 新玉ねぎ オーガニック人参 枝豆 セロリ サラダ油(米) にんにく 米粉のカレールー	トマトピューレ オニオンソテー かぼちゃペースト ウスターソース オーガニック濃口しょうゆ 塩 オーガニックこしょう	ハムステーキ トマトケチャップ ウスターソース 豚カツソース 砂糖 赤ワイン	春野菜のサラダ 新キャベツ 新玉ねぎ オーガニック人参 鶏ささみフレーク 塩 オーガニックこしょう 和風ドレッシング	
15 (水)	牛乳 アップルパン ミネストローネ ミンチカツ 大根サラダ 	892 12.7% 33.2%	■牛乳	アップルパン 国産オーガニック小麦粉使用	蒸し大豆 カットウインナー オーガニック人参 新玉ねぎ キャベツ じゃがいも シェルマカロニ サラダ油(米) オニオンソテー	ポイルトマト トマトケチャップ 砂糖 ウスターソース 塩 オーガニックこしょう 鶏がらスープ	ミンチカツ 揚げ油(米) 豚カツソース 砂糖 ウスターソース トマトケチャップ 赤ワイン	大根サラダ 大根 オーガニック人参 きゅうり 塩 オーガニックこしょう イタリアンドレッシング	
16 (木)	牛乳 和風丼 豆腐ハンバーグ 鶏肉とひじきの佃煮 	739 19.4% 25.3%	■牛乳	精白米	豚肉 ミニ厚揚げ 新玉ねぎ 白菜 オーガニック人参 しめじ 青ねぎ 土生姜 オーガニック薄口しょうゆ	オーガニック濃口しょうゆ 塩 みりん 料理酒 ばれいしよでんぶん 削り節	豆腐ハンバーグ オーガニック濃口しょうゆ 砂糖 みりん 料理酒 ばれいしよでんぶん 土生姜 青ねぎ	鶏肉とひじきの佃煮 鶏肉 削り節 ひじき オーガニック人参 枝豆 サラダ油(米) オーガニック濃口しょうゆ 砂糖 みりん 料理酒	
17 (金)	牛乳 たけのごはん 五目うどん 竹輪の天ぷら(1人3切) 切干大根とツナのおひたし 	773 27.0% 27.7%	■牛乳	たけのごはん たけのごはんのもと 精白米	うどん 鶏肉 油揚げ かまぼこ オーガニック人参 えのきたけ 青ねぎ オーガニック薄口しょうゆ オーガニック濃口しょうゆ	塩 みりん 削り節 出し昆布	竹輪の天ぷら(1人3切) カット焼き竹輪 小麦粉 ばれいしよでんぶん 揚げ油(米)	切干大根とツナのおひたし 切干大根 小松菜 まぐろツナ(油漬け) オーガニック薄口しょうゆ 砂糖 みりん	
20 (月)	牛乳 ごはん 春野菜のみそ汁 鶏肉の照り焼きソースかけ (1人2切) 豚肉と人参のすりごま炒め 	772 19.8% 31.4%	■牛乳	精白米	新じゃがいも オーガニック人参 新玉ねぎ 青ねぎ 油揚げ 新キャベツ 赤みそ 白みそ 削り節	春野菜のみそ汁 出し昆布	鶏肉の照り焼きソースかけ(1人2切) 鶏肉カット オーガニック濃口しょうゆ 砂糖 料理酒 みりん ばれいしよでんぶん	豚肉と人参のすりごま炒め 豚肉 みりん オーガニック人参 料理酒 新玉ねぎ 白すりごま 焼き竹輪 枝豆 土生姜 にんにく ごま油 オーガニック薄口しょうゆ	
21 (火)	創立記念日のため全校給食中止								

* 泉佐野市ホームページ下方のピックアップにある「毎日の給食」から、日々提供する給食の写真を見ることができます。ぜひご覧ください。

令和8年4月

給食予定献立表

泉佐野市立中学校給食センター

泉佐野市では、地産地消と食育推進の一環として、泉州産野菜を使用しています。
 泉州産野菜には、コックペアーマークがついています。
 今月の給食で使用予定の特別栽培米は~~絆~~絆、泉州産野菜(小松菜、新玉ねぎ、青ねぎ)は太字で記載しています。
 令和6年4月よりSDGsの観点から、オーガニック給食を実施しています。
 有機食品は、にら、ピーマン、人参、干しいたけ、こしょう、濃口しょうゆ、薄口しょうゆを使用しています。



卵、卵を含む加工食品には★、牛乳、乳を含む加工食品には■印をつけ、白抜き文字にしています。

日付	献立名	エネルギー(kcal) 蛋白質エネルギー比(%) 脂質エネルギー比(%)	使用食材					
22(水)	牛乳 コッペパン・いちごジャム ベジタブルスープ ハンバーグの ケチャップソースかけ フルーツポンチ いちごジャム	759 14.4% 27.3%	牛乳 ■牛乳	コッペパン コッペパン	ベジタブルスープ 鶏がらスープ	ハンバーグのケチャップソースかけ ハンバーグ トマトケチャップ ウスターソース 豚カツソース 砂糖 赤ワイン	フルーツポンチ 角切り和梨ゼリー パイナップル漬 黄桃シロップ漬	いちごジャム いちごジャム
23(木)	牛乳 ごはん 高野豆腐の煮物 白身魚フライ きゅうりとわかめの酢の物	786 18.2% 26.6%	牛乳 ■牛乳	ごはん 精白米	高野豆腐の煮物 鶏肉 高野豆腐 大根 棒天 新玉ねぎ オーガニック人参 オーガニック干しいたけ ふき水煮 オーガニック薄口しょうゆ	白身魚フライ オーガニック濃口しょうゆ 砂糖 揚げ油(米) 料理酒 トマトケチャップ 砂糖 赤みそ	きゅうりとわかめの酢の物 きゅうり 干わかめ ちりめんじゃこ オーガニック薄口しょうゆ 砂糖 赤みそ みりん	
24(金)	牛乳 ごはん・ふりかけ みそ豚骨ラーメン 厚揚げとキムチの炒め物 ふりかけ	728 15.3% 24.7%	牛乳 ■牛乳	ごはん 精白米	みそ豚骨ラーメン 蒸し中華麺 豚肉 白菜 オーガニック人参 もやし 白ねぎ 青ねぎ ホールコーン 赤みそ 白みそ	厚揚げとキムチの炒め物 鶏肉 オーガニック薄口しょうゆ 塩 白菜キムチ ミニ厚揚げ にんにく 新玉ねぎ 豚骨スープ オーガニック人参 オーガニックにら 土生姜 サラダ油(米) にんにく	ふりかけ おかかふりかけ 砂糖 料理酒 塩 オーガニックしょうゆ ばれいしよでんぶん サラダ油(米)	
27(月)	牛乳 炊き込みチャーハン 肉団子スープ 揚げぎょうざ(1人3個) ハムと春雨のサラダ	718 12.8% 30.1%	牛乳 ■牛乳	炊き込みチャーハン 精白米 炊き込みチャーハンのもと	肉団子スープ 鶏がらスープ	揚げぎょうざ(1人3個) ぎょうざ 揚げ油(米) オーガニック濃口しょうゆ 砂糖 米酢 青ねぎ	ハムと春雨のサラダ 緑豆春雨 ボンレスハム きゅうり オーガニック人参 オーガニック薄口しょうゆ 米酢 砂糖	
28(火)	牛乳 ハッシュドポークライス アスパラベーコン ツナサラダ 卵抜き マヨネーズ	756 15.3% 32.4%	牛乳 ■牛乳	精白米	ハッシュドポークライス 豚肉 砂糖 新玉ねぎ オーガニック濃口しょうゆ オーガニック人参 豚骨スープ 枝豆 にんにく オニオンソテー サラダ油(米) 米粉のハヤシルウ 塩 トマトピューレ オーガニックしょうゆ トマトケチャップ 赤ワイン ウスターソース	アスパラベーコン 厚切りベーコン アスパラガス じゃがいも 塩 オーガニックしょうゆ オリーブオイル	ツナサラダ まぐろツナ(油漬) キャベツ オーガニック人参 塩 オーガニックしょうゆ 卵抜きマヨネーズ	
30(木)	牛乳 ビビンバ わかめスープ 揚げ鶏の甘酢かけ (1人6~8個) ※当日の揚げ具合によって前後します	740 20.0% 26.9%	牛乳 ■牛乳	精白米	ビビンバ 豚肉 砂糖 土生姜 料理酒 にんにく サラダ油(米) もやし オーガニック人参 ぜんまい水煮 小松菜 新玉ねぎ オーガニック濃口しょうゆ	わかめスープ 干わかめ オーガニックしょうゆ 鶏がらスープ 豆腐 新玉ねぎ オーガニック人参 大根 えのきたけ オーガニック薄口しょうゆ 塩	揚げ鶏の甘酢かけ 鶏肉角切り(でん粉付) 揚げ油(米) オニオンソテー オーガニック薄口しょうゆ 米酢 砂糖 料理酒	

	エネルギー (Kcal)	蛋白質 (%)	脂質 (%)	カルシウム (mg)	マグネシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μgRE)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物せんい (g)
文部科学省基準量 (令和3年4月1日改訂)	830	摂取エネルギー 全体の13~20%	摂取エネルギー 全体の20~30%	450	120	4.5	300	0.5	0.6	35	7.0
4月分平均栄養量	770	16.8	29.0	374	118	6.4	255	0.5	0.5	26	5.7

~保護者の方へ~
 ●食べ残した食品については、家庭には持ち帰ることは出来ません。衛生上すべて学校又は給食センターで処分させていただきます。
 ●給食について、不明な点・不安や疑問に思っている点などがありましたら給食センター栄養士までお問い合わせ下さい。
 TEL: 072-493-9409 FAX: 072-493-9412 E-mail: chukyusyoku@city.izumisano.lg.jp

中学校給食のパンの種類	種類	原材料	種類	原材料
*パン(個包装)は毎週水曜日です。 *当市のパンには卵・乳製品は入っていませんが、工場内では卵・乳製品の入ったパンを同一ラインで製造しています。 *パンに使用する小麦粉は国産の有機小麦を使用しています。	パン うずまきパン 食パン	小麦粉、砂糖、食塩、イースト、ショートニング	おさつパン	小麦粉、砂糖、食塩、イースト、ショートニング、さつま芋ダイス、さつま芋ペースト
	アップルパン	小麦粉、砂糖、食塩、イースト、ショートニング、ドライアップル【りんご、砂糖、クエン酸】	ココアパン	小麦粉、砂糖、食塩、イースト、ショートニング、ココアパウダー
	黒糖パン	小麦粉、砂糖、食塩、イースト、ショートニング、黒糖液	オリーブナン	小麦粉、砂糖、食塩、イースト、ショートニング、オリーブオイル

*泉佐野市ホームページ下方のピックアップにある「毎日の給食」から、日々提供する給食の写真を確認することができます。ぜひご覧ください。