

令和8年6月

給食予定献立表

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斜体で、泉州産野菜（小松菜、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、人参、ピーマン、牛肉、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。



泉佐野市立中学校給食センター

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。

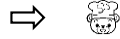
日付	献立名	エネルギー(kcal) 蛋白質エネルギー比(%) 脂質エネルギー比(%)	使用食材				
1 (月)	牛乳 ごはん 五目みそ汁 鶏肉の大葉入りフライ きゅうりとわかめの酢の物	726 18.2% 24.3%	牛乳	ごはん	五目みそ汁	鶏肉の大葉入りフライ	きゅうりとわかめの酢の物
			■牛乳	精白米	キャベツ 豆腐 オーガニック人参 さつまいも 油揚げ 玉ねぎ 青ねぎ 赤みそ 白みそ	鶏肉の大葉入りフライ 揚げ油(米) 砂糖 豚カツソース ウスターソース トマトケチャップ	きゅうり 干わかめ ちりめんじゃこ オーガニック薄口しょうゆ 砂糖 米酢 みりん
2 (火)	牛乳 ごはん 肉団子スープ いか入りチヂミ プルコギ ヨーグルト	773 16.0% 26.0%	牛乳	ごはん	肉団子スープ	いか入りチヂミ	プルコギ
			■牛乳	精白米	ミートボール 鶏がらスープ 白菜 オーガニック人参 オーガニック干しいたけ 玉ねぎ 青ねぎ オーガニック薄口しょうゆ 塩 オーガニックこしょう	いか入りチヂミ オーガニック濃口しょうゆ 砂糖 米酢 ごま油	豚肉 土生姜 にんにく 玉ねぎ オーガニック人参 オーガニックにら 砂糖 料理酒
3 (水)	牛乳 コッペパン トマトシチュー 鶏肉のレモンバーベキュー ソースかけ(1人2切) コールスローサラダ	842 18.2% 39.1%	牛乳	コッペパン	トマトシチュー	鶏肉のレモンバーベキューソースかけ(1人2切)	コールスローサラダ
			■牛乳	コッペパン 国産オーガニック小麦粉使用	鶏肉 玉ねぎ オーガニック人参 しめじ 枝豆 サラダ油(米) トマトピューレ ポイルトマト トマトケチャップ	鶏肉のカット オーガニック濃口しょうゆ 砂糖 オニオンソース にんにく レモン	ボンレスハム キャベツ オーガニック人参 塩 オーガニックこしょう イタリアンドレッシング
4 (木)	牛乳 ごはん にゅうめん汁 たこ入りミンチカツ 切干大根とツナのおひたし	706 16.0% 26.3%	牛乳	ごはん	にゅうめん汁	たこ入りミンチカツ	切干大根とツナのおひたし
			■牛乳	精白米	鶏肉 ビーフン 白菜 オーガニック人参 かまぼこ 豆腐 オーガニック干しいたけ 青ねぎ オーガニック薄口しょうゆ	塩 みりん 削り節 出し昆布 砂糖 ウスターソース トマトケチャップ 赤ワイン	みりん 鶏がらスープ ばれいしょでんぶ サラダ油(米) 砂糖 みりん
5 (金)	牛乳 ごはん みそキムチラーメン スタミナ塩炒め	706 15.4% 25.4%	牛乳	ごはん	みそキムチラーメン	スタミナ塩炒め	スタミナ塩炒め
			■牛乳	精白米	蒸し中華麺 豚肉 白菜 白菜キムチ 玉ねぎ えのきたけ 白ねぎ オーガニックにら 塩 赤みそ	砂糖 オーガニック濃口しょうゆ にんにく 鶏がらスープ チンゲン菜 にんにく 料理酒 塩 オーガニックこしょう オーガニック濃口しょうゆ	みりん 鶏がらスープ ばれいしょでんぶ サラダ油(米) 砂糖 みりん
8 (月)	牛乳 ごはん 豆腐スープ ミートボールの甘酢あん (1人6〜8個) ※当日の揚げ具合によって前後します バンバンジーサラダ	725 15.6% 31.7%	牛乳	ごはん	豆腐スープ	ミートボールの甘酢あん	バンバンジーサラダ
			■牛乳	精白米	ベーコン 豆腐 玉ねぎ オーガニック人参 オーガニック干しいたけ チンゲン菜 オーガニック薄口しょうゆ 塩 オーガニックこしょう	鶏がらスープ ミートボール 揚げ油(米) オーガニック濃口しょうゆ トマトケチャップ 米酢 砂糖 ばれいしょでんぶ	鶏ささみフレーク もやし きゅうり オーガニック人参 塩 オーガニックこしょう ごまドレッシング
9 (火)	牛乳 ごはん カレーうどん かぼちゃコロッケ 大根とツナの梅和え	807 13.1% 28.0%	牛乳	ごはん	カレーうどん	かぼちゃコロッケ	大根とツナの梅和え
			■牛乳	精白米	うどん 鶏肉 油揚げ オーガニック人参 かまぼこ 白ねぎ 玉ねぎ 青ねぎ 米粉のカレールー	ウスターソース オーガニック濃口しょうゆ 塩 削り節 出し昆布 砂糖 赤ワイン	まぐろツナ(油漬け) 大根 きゅうり オーガニック人参 しそかつお梅 オーガニック薄口しょうゆ
10 (水)	牛乳 ハンバーグサンドパン じゃがいものポタージュ ツナサラダ	792 15.9% 38.0%	牛乳	うずまきカットパン	ハンバーグサンドパン	じゃがいものポタージュ	ツナサラダ
			■牛乳	うずまきカットパン 国産オーガニック小麦粉使用	ハンバーグ 米粉のデミグラスソース 米粉のハヤシルウ トマトケチャップ ウスターソース	ベーコン 新じゃがいも じゃがいもペースト 玉ねぎ オーガニック人参 枝豆 バター 小麦粉 ■バター ■牛乳	まぐろツナ(油漬け) キャベツ オーガニック人参 塩 オーガニックこしょう 和風ドレッシング
11 (木)	牛乳 ごはん マーボー豆腐 ショーロンポー(1人2個) 中華和え	790 14.9% 31.6%	牛乳	ごはん	マーボー豆腐	ショーロンポー(1人2個)	中華和え
			■牛乳	精白米	豆腐 ミニ厚揚げ 鶏ひき肉 オーガニック人参 オーガニック干しいたけ 玉ねぎ 青ねぎ 土生姜 にんにく	鶏がらスープ しょうゆ 砂糖 塩 オーガニックこしょう みりん 料理酒 ばれいしょでんぶ サラダ油(米)	まぐろツナ(油漬け) きゅうり オーガニック人参 耐熱寒天 オーガニック薄口しょうゆ 砂糖 米酢 みりん ごま油
12 (金)	牛乳 菜めし 鶏肉と厚揚げの煮物 きすの天ぷらおろししょうゆかけ きゅうりとツナの生姜和え	828 17.7% 32.0%	牛乳	菜めし	鶏肉と厚揚げの煮物	きすの天ぷらおろししょうゆかけ	きゅうりとツナの生姜和え
			■牛乳	精白米 菜めしのもと	鶏肉 大根 厚揚げ オーガニック人参 新じゃがいも 玉ねぎ 枝豆 オーガニック濃口しょうゆ オーガニック薄口しょうゆ	砂糖 料理酒 みりん 削り節 棒天 砂糖 みりん 出し昆布	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
15 (月)	牛乳 ごはん 豆腐とわかめのみそ汁 さばの酢じょうゆかけ キャベツのごま和え	727 20.0% 29.0%	牛乳	ごはん	豆腐とわかめのみそ汁	さばの酢じょうゆかけ	キャベツのごま和え
			■牛乳	精白米	干わかめ 豆腐 オーガニック人参 新じゃがいも 油揚げ 玉ねぎ 青ねぎ 赤みそ 白みそ	さば切り身 オーガニック濃口しょうゆ 砂糖 米酢 青ねぎ	ボンレスハム キャベツ オーガニック人参 オーガニック薄口しょうゆ 砂糖 みりん 白すりごま 白いりごま
16 (火)	牛乳 ごはん 中華スープ 春巻き(1人2本) オイスター炒め	782 12.1% 35.4%	牛乳	ごはん	中華スープ	春巻き(1人2本)	オイスター炒め
			■牛乳	精白米	ベーコン 大根 玉ねぎ オーガニック人参 豆腐 白菜 オーガニック干しいたけ オーガニック薄口しょうゆ 塩	オーガニックこしょう 鶏がらスープ	鶏肉 オーガニックピーマン たけのこ水煮 オーガニック人参 チンゲン菜 オイスターソース 塩 オーガニックこしょう オーガニック濃口しょうゆ

* 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6月

給食予定献立表

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斜体で、泉州産野菜(小松菜、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、人参、ピーマン、牛肉、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。



泉佐野市立中学校給食センター

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				
17(水)	牛乳 アップルパン ミネストローネ チキンナゲット(1人2個) 三度豆とツナのサラダ 	863 14.1% 34.4%	牛乳 ■牛乳	アップルパン 国産オーガニック小麦粉使用	ミネストローネ ポイルトマト カットウインナー オーガニック人参 玉ねぎ 白菜 新じゃがいも シェルマカロニ サラダ油(米) オニオンソー	チキンナゲット(1人2個) チキンナゲット トマトケチャップ ウスターソース 豚カツソース 砂糖 鶏がらスープ 赤ワイン	三度豆とツナのサラダ 三度豆 まぐろツナ(油漬け) オーガニック人参 キャベツ 塩 オーガニックこしょう 卵抜きマヨネーズ
18(木)	牛乳 ごはん サンラータン風卵スープ コロケ 厚揚げとキムチの炒め物 	760 14.4% 28.7%	牛乳 ■牛乳	ごはん 精白米	サンラータン風卵スープ 鶏肉 ★卵 ばれいしよでんぶん 玉ねぎ オーガニック人参 豆腐 オーガニック干しいたけ オーガニックにら 干生姜	コロケ 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	厚揚げとキムチの炒め物 豚肉 白菜キムチ ミニ厚揚げ オーガニック人参 塩 玉ねぎ 青ねぎ 土生薬 サラダ油(米) にんにく
19(金)	牛乳 ハッシュドビーフライス 開きあじのフライ 海藻サラダ 	765 14.7% 29.8%	牛乳 ■牛乳	精白米	ハッシュドビーフライス オーガニック牛肉 玉ねぎ オーガニック人参 枝豆 オニオンソー 米粉のハヤシルウ トマトピューレ トマトケチャップ ウスターソース	開きあじのフライ 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	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
22(月)	牛乳 ごはん キャベツと玉ねぎのみそ汁 鶏肉の照り焼き(1人2切) 五目豆 	730 18.8% 29.2%	牛乳 ■牛乳	精白米	キャベツと玉ねぎのみそ汁 キャベツ 豆腐 オーガニック人参 かまぼこ えのきたけ 玉ねぎ 青ねぎ 赤みそ 白みそ	鶏肉の照り焼き(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	五目豆 大豆 つきこんにやく ひじき オーガニック人参 枝豆 オーガニック薄口しょうゆ オーガニック濃口しょうゆ 砂糖 みりん
23(火)	牛乳 ジュシー(五目釜めし) 沖縄風汁ビーフン もずくのかき揚げ 人参しりしり 米粉のシークワサータルト 	780 13.5% 29.8%	牛乳 ■牛乳	精白米 五目釜めしのもと	沖縄風汁ビーフン ビーフン 豚肉 オーガニック人参 もやし 玉ねぎ 青ねぎ オーガニック薄口しょうゆ 塩 オーガニックこしょう	もずくのかき揚げ もずく オーガニック人参 玉ねぎ ホールコーン 焼き竹輪 小麦粉 ばれいしよでんぶん 塩 揚げ油(米)	人参しりしり 米粉のシークワサータルト 米粉のシークワサータルト オーガニック人参 まぐろツナ(油漬け) 枝豆 オーガニック濃口しょうゆ 砂糖 鶏がらスープ ごま油 白すりごま 柑橘類の果物です
24(水)	牛乳 黒糖パン 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 	783 14.0% 29.7%	牛乳 ■牛乳	黒糖パン 国産オーガニック小麦粉使用	ベジタブルスープ カットウインナー キャベツ 玉ねぎ オーガニック人参 ホールコーン しめじ オーガニック薄口しょうゆ 塩 オーガニックこしょう	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 バインシロップ漬け 黄桃シロップ漬け
25(木)	牛乳 ごはん 豚汁 さばのねぎソースかけ 鶏肉の甘辛炒め 	813 21.3% 32.3%	牛乳 ■牛乳	精白米	豚汁 豚肉 豆腐 オーガニック人参 大根 つきこんにやく 油揚げ 玉ねぎ 青ねぎ 赤みそ	さばのねぎソースかけ さば切り身 オーガニック濃口しょうゆ 砂糖 料理酒 みりん 白ねぎ ばれいしよでんぶん	鶏肉の甘辛炒め 鶏肉 焼き竹輪 玉ねぎ オーガニック人参 枝豆 土生薬 サラダ油(米) オーガニック濃口しょうゆ 砂糖
26(金)	牛乳 肉みそごはん 春雨スープ 揚げぎょうざ(1人3個) 	775 14.3% 31.4%	牛乳 ■牛乳	精白米	肉みそごはん 鶏ひき肉 大豆ミート 土生薬 サラダ油(米) 枝豆 オーガニック人参 玉ねぎ 赤みそ オーガニック濃口しょうゆ	春雨スープ ベーコン 緑豆春雨 玉ねぎ オーガニック人参 オーガニック干しいたけ たけのこ水煮 チンゲン菜 オーガニック薄口しょうゆ 塩	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
29(月)	牛乳 ごはん わかめスープ 揚げ鶏のユーリンチー風 (1人6〜8個) ※当日の揚げ具合によって前後します ハムときゅうりの甘酢和え 	773 16.2% 35.5%	牛乳 ■牛乳	精白米	揚げ鶏のユーリンチー風 ベーコン 干わかめ 豆腐 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	揚げ鶏のユーリンチー風 鶏肉角切り(でん粉付) 揚げ油(米) 白ねぎ にんにく 土生薬 砂糖 オーガニック濃口しょうゆ 米酢 ごま油	ハムときゅうりの甘酢和え ボンレスハム きゅうり キャベツ ホールコーン オーガニック薄口しょうゆ 米酢 砂糖
30(火)	牛乳 ごはん 鶏塩うどん 白身魚フライの梅肉ソースかけ 大根サラダ 	791 14.9% 29.6%	牛乳 ■牛乳	精白米	鶏塩うどん うどん 鶏肉 白菜 油揚げ オーガニック人参 白ねぎ かまぼこ オーガニック薄口しょうゆ オーガニック濃口しょうゆ	白身魚フライの梅肉ソースかけ 白身魚フライ 揚げ油(米) しそかつお梅 砂糖 米酢 オーガニック濃口しょうゆ	大根サラダ まぐろツナ(油漬け) 大根 きゅうり オーガニック人参 塩 オーガニックこしょう 和風ドレッシング

～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

* 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。ぜひご覧下さい。