



平成30年3月分 大阪市中学校給食献立表

(デリバリー方式)

米飯、牛乳は、毎日つきます。
栄養価は米飯（220g）、牛乳（200ml）を含んだものを表記しています。

- …アレルゲン(卵 乳 小麦 そば 落花生 えび かに)を含む食品を使用
※こいロしょゆ、うすロしょゆは、小麦を使用
- …アレルゲン(卵 乳 小麦 そば 落花生 えび かに)を含む食品と同じ設備で製造した食品を使用
 - ・アレルゲンの「卵」表記は、食用鳥卵です。(魚卵等は含みません)
 - ・揚げものの油(菜種)は、種類の違う食品の揚げものに使用する場合があるため、他の食品の成分が油に残る可能性があります。
- ※アレルゲンについて確認が必要な場合は教育委員会事務局にお問い合わせください。

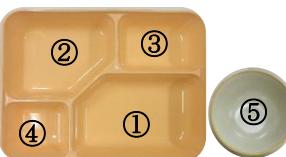
☆ …冷凍や水煮の食品を使用する場合があります。

大阪市教育委員会事務局

献立内容は予定のため、変更されることがあります。また、給食実施日やひと月の回数は、各学校、学年によって異なります。「はし」や「スプーン」は、各自でご持参ください。

平成30年3月分 大阪市中学校給食献立表

(デリバリー方式)



《お問い合わせ先》
◇献立内容等事業全般
◇給食実施日・手続き等

大阪市教育委員会事務局 学校給食課
06-6208-9158
お子様の通われる中学校

【3月分】給食の新規申込または申込停止の手続き期間: 1月5日(金)～1月18日(木)

※申込内容(申込・停止)に変更がある場合は上記期間中に手続きをお願いします。
(一度申し込みると、自動継続されます)

※携帯電話・パソコン等で、中学校給食システムにアクセスし、ユーザーIDとパスワードを入力して、マイページにログインできます。

※ユーザーID等がご不明な場合は、通学されている中学校にお問い合わせください。

※手続き方法などは、平成29年度中学校給食(デリバリー方式)のご案内をご確認ください。

大阪市中学校給食システム

検索



13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	19日(月)	20日(火)	22日(木)
さごしのしょうゆマヨネーズ焼き① さつまいものてんぷら② はくさいのおひたし③ 高野豆腐のいり煮④	チキンポトフ⑤ ブロッコリー④ 豆腐ハンバーグ① ほうれん草とコーンのソテー③ りんご②	豚肉のデミグラスソース炒め① オムレツ② じやがいもの洋風煮③ きゅうりのドレッシングあえ④	ハヤシライス(深皿) 枝豆④ 白身魚のムニエル① キャベツのピクルス③ デコポン②	鯖のレモンしょうゆ風味焼き① かき揚げ② 切り干しだいこんの煮もの③ はくさいのごまあえ④ 豆腐の赤だし⑤	豚肉のしょうが焼き① 一口ごぼう天とだいこんの煮もの② ほうれん草の煮びたし③ パインアップル缶詰④	鶏肉のトマトソース煮① マカロニサラダ② じやがいものしょうゆバター焼き③ 小松菜とベーコンのソテー④
【13日(火)】高野豆腐 「高野豆腐」は、豆腐を凍結後、乾燥させた保存食です。 高野山で精進料理として食べられていた豆腐を誤って凍らせたことが始まりと言われています。凍り豆腐や凍み豆腐とも呼ばれています。	【16日(金)】ハヤシライス 「ハヤシライス」という料理名は、ハッシュドビーフの「ハッシュ」がなまって「ハヤシ」となった説や発案者の名前が「ハヤシ」だった説などが由来と言われています。 副食容器に入った「枝豆」を加えて食べましょう。	【19日(月)】はくさい 「はくさい」は、成長とともに白い部分が太く伸びるため、この名前がついたと言われています。はくさいなどの冬野菜は、気温が下がると寒さで凍ってしまわないように細胞内に糖を蓄えます。これが甘みとなり、よりおいしくなります。	【22日(木)】ベーコン 「ベーコン」は、豚肉を塩漬けにし、燻煙したものです。日本の規格では、単に「ベーコン」と呼ばれるものは、原材料に豚ばら肉が使用されています。			
エネルギー 801kcal たんぱく質 30.0g 脂 質 25.7g	エネルギー 820kcal たんぱく質 28.2g 脂 質 23.1g	エネルギー 733kcal たんぱく質 29.6g 脂 質 19.7g	エネルギー 808kcal たんぱく質 32.1g 脂 質 22.7g	エネルギー 864kcal たんぱく質 31.5g 脂 質 23.7g	エネルギー 733kcal たんぱく質 27.6g 脂 質 16.1g	エネルギー 786kcal たんぱく質 30.4g 脂 質 22.2g
① 赤 さごし 塩 こいのじょうゆ 黄 マヨネーズ	⑤ 赤 鶏肉 ベーコン 黄 じゃがいも 緑 たまねぎ 緑 にんじん 黄 サラダ油(醸)	① 赤 豚肉 料理用ソル(白) 黄 サラダ油(醸) 緑 たまねぎ 緑 にんじん 塩 黄 デミグラスソース	① 赤 牛肉 料理用ソル(白) 黄 サラダ油(醸) 緑 たまねぎ 塩 黄 デミグラスソース	① 赤 鮯 黄 砂糖 緑 たまねぎ 緑 にんじん 黄 サラダ油(醸) トマトピューレ ケチャップ 塩 黄 ハヤシソース	① 赤 豚肉 黄 砂糖 緑 みりん 緑 うすじょうゆ 黄 レモン果汁 トマトピューレ ケチャップ 塩 黄 ハヤシソース	① 赤 鶏肉 黄 砂糖 緑 にんにく 緑 たまねぎ 黄 サラダ油(醸) トマト(缶) 黄 砂糖 緑 みりん 黄 うすじょうゆ 黄 料理酒
② 黄 さつまいも 黄 小麦粉(薄力) 黄 でんぶん 塩 黄 油(菜種)	② 赤 オムレツ(白) 黄 ワスターーソース 黄 ウスターーソース 黄 ケチャップ 黄 うすじょうゆ 黄 コンソメの素 水	② 赤 オムレツ(白) 黄 ワスターーソース 黄 ウスターーソース 黄 ケチャップ 黄 うすじょうゆ 黄 コンソメの素 水	② 赤 オムレツ(白) 黄 ワスターーソース 黄 ウスターーソース 黄 ケチャップ 黄 うすじょうゆ 黄 コンソメの素 水	② 赤 一ロゴぼう天 黄 たまねぎ 緑 みつば 黄 小麦粉(薄力) 水	② 赤 一ロゴぼう天 黄 たまねぎ 緑 みつば 黄 小麦粉(薄力) 水	② 赤 一ロゴぼう天 黄 たまねぎ 緑 にんじん 黄 でんぶん 黄 油(菜種) 塩
③ 緑 はくさい 緑 にんじん 黄 砂糖 こいのじょうゆ	③ 緑 ブロッコリー 塩 水	③ 緑 ブロッコリー 塩 水	③ 緑 ブロッコリー 塩 水	③ 緑 きゅうり 塩 黄 砂糖 黄 バター 塩 黄 うすじょうゆ 黄 ハヤシソース	③ 緑 きゅうり 塩 黄 砂糖 黄 バター 塩 黄 うすじょうゆ 黄 ハヤシソース	③ 緑 はくさい 黄 砂糖 黄 うすじょうゆ 黄 バター 水
④ 赤 高野豆腐 緑 むき枝豆(冷) 赤 ひじき 黄 サラダ油(醸) 黄 砂糖 うすじょうゆ 赤 だしこんぶ 赤 けずりぶし 水	④ 赤 豆腐ハンバーグ 黄 ケチャップ 黄 トンカツソース 水	④ 赤 豆腐ハンバーグ 黄 ケチャップ 黄 トンカツソース 水	④ 赤 豆腐ハンバーグ 黄 ケチャップ 黄 トンカツソース 水	④ 緑 ほうれん草 塩 黄 コーン(冷) 塩 黄 うすじょうゆ 黄 ハヤシソース 水	④ 緑 ほうれん草 塩 黄 コーン(冷) 塩 黄 うすじょうゆ 黄 ハヤシソース 水	④ 緑 ほうれん草 塩 黄 うすじょうゆ 黄 バター 水
⑤ 緑 ほうれん草 塩 黄 コーン(冷) 塩 黄 うすじょうゆ 赤 だしこんぶ 赤 けずりぶし 水	⑤ 緑 リンゴ 水	⑤ 緑 リンゴ 水	⑤ 緑 リンゴ 水	⑤ 緑 デコポン 水	⑤ 緑 デコポン 水	⑤ 緑 デコポン 水
【14日(水)】 チキンポトフ ポトフはフランスの家庭料理のひとつです。 副食容器の「ブロッコリー」を加えて食べましょう。	【14日(水)】 チキンポトフ ポトフはフランスの家庭料理のひとつです。 副食容器の「ブロッコリー」を加えて食べましょう。	スプーンを忘れない ようにしましょう。	スプーンを忘れない ようにしましょう。			

赤(主に体の組織をつくる)…乳、肉、魚、卵、豆、海藻類

黄(主にエネルギーになる)…穀類、いも、油脂、砂糖、種実類

緑(主に体の調子を整える)…野菜、果物、きのこ類

【3月分】給食の新規申込または申込停止の手続き期間: 1月5日(金)～1月18日(木)

※申込内容(申込・停止)に変更がある場合は上記期間中に手続きをお願いします。
(一度申し込みると、自動継続されます)

※携帯電話・パソコン等で、中学校給食システムにアクセスし、ユーザーIDとパスワードを入力して、マイページにログインできます。

※ユーザーID等がご不明な場合は、通学されている中学校にお問い合わせください。

※手続き方法などは、平成29年度中学校給食(デリバリー方式)のご案内をご確認ください。

大阪市中学校給食システム

検索



2・3月分の給食費について

2・3月分の給食費は、
まとめてのお支払いとなります。
納付期限(口座振替日)は
2月13日です。

学校行事などで
給食実施日が
変更になり、
当初の通知額
から変更になった



給食費については、2・3月分の請求時に精算します。

対象となるのは、平成29年4月以降の給食費です。精算により、2・3月分の給食費の請求額は当初通知の2月分給食費(2・3月分)より増減する場合があります。

変更後の請求額は、別途1月下旬以降に学校から「学校給食費額決定通知書(変更)」をお渡しします。精算後に発生した増減額は、再度3月に計算のうえ、学校から該当の方にお知らせします。



◆デリバリー方式の給食が学校に届くまでの様子を動画(YouTube)で紹介しています。ぜひ、ご覧ください。

右のQRコードからYouTube

「大阪市の学校給食ができるまで!
～中学校給食・デリバリー方式～」
にアクセスできます。

[URL] <https://www.youtube.com/watch?v=oMH2DohaUV8>