



入院やインフルエンザ、新型コロナウイルス感染症等で出席停止となった場合は、学校への欠席連絡とは別に食育・給食課までご連絡ください。ご連絡があった日から数日間を除きキャンセルできる場合があります。

お問い合わせ先
分からない事等があれば、お気軽にお問い合わせください。

予約システムに関すること
ビジネスリアート株式会社
075-925-7322

献立に関すること
羽曳野市教育委員会事務局
食育・給食課
072-958-1111 (代表)

月	火	水	木	金
★食材の入荷状況により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。その際は、教室と配膳室への掲示と、市ウェブサイトへの掲載やメールマガジンにて配信します。	注文締切日の表示について 8月1日(火)から注文できます。	この枠内の日のお昼12時が注文締切です。キャンセルは、注文締切日を過ぎるとできません。ご注意ください。	おはしやスプーンを忘れずに持ってきてください。スプーンがあると食べやすいメニューの日には、マークを表示しています。	1 カレーハンバーグ 粉ふきいも 桜海老のかきあげ きゃべつとちくわの炒め物 みたらし団子 ごはん・牛乳 注文締切 8/22
4 チキンかつ れんこんのきんぴら ささみのパンパンジー スパゲティミートソース りんご缶 ごはん・牛乳 注文締切 8/25	5 タンドリーチキン キャベツのカレーマヨネーズ 白味噌入りグラタン 白菜とあけの煮物 さつまいもシュガー ごはん・牛乳 注文締切 8/25	6 鶏肉の照り焼き もやしのソテー ゴーヤチャンプルー 春巻き トマトマカロニ ごはん・牛乳 注文締切 8/25	7 鮭フライ 玉ねぎソース添え 豚じゃが キャベツのコンソメ炒め ずんだもち ごはん・牛乳 注文締切 8/28	8 二色丼 かぼちゃとえびのかきあげ ブロッコリーのサラダ ひじきの煮物 牛乳(200) 注文締切 8/29
11 チキン南蛮 もやしとにらのソテー ちくわの黒胡麻揚げ キャベツのトマト煮込み 小松菜のサバほん和え ごはん・牛乳 注文締切 9/1	12 みそかつ チヂミ揚げ きゅうりのツナごま和え かぼちゃのサラダ ごはん・牛乳 注文締切 9/1	13 鶏肉のバタぼんステーキ ごぼうとじゃこのかきあげ 緑の彩りパスタ みかん(缶) ごはん・牛乳 注文締切 9/1	14 いわしのかば焼き 厚揚げ麻婆 きゃべつのはちまひたし チーズタルト ごはん・牛乳 注文締切 9/4	15 ぶどうで煮たビーフシチュー ポークロquette フルーツミックス キャベツとほうれん草のツナマヨ和え きゅうりのおかか和え ごはん・牛乳 注文締切 9/5
18	19 とりの天ぷら スパイシーかぼちゃ ジェンパーセスハゲティ さつまいもとりんご煮 ごはん・牛乳 注文締切 9/8	20 鶏のすき焼き じゃがいもグラタン 白菜煮びたし キャンティチーズ(鉄) ごはん・牛乳 注文締切 9/8	21 鶏肉のBBQソース たまねぎのソテー おこのみあげ 厚揚げチャンプルー あべかわ芋 ごはん・牛乳 注文締切 9/11	22 かすうどん さつまいもと栗のタルト ちんげん菜で八宝菜 ツナつぶふりかけ ごはん コーヒーオレ 注文締切 9/12
25 まぜまぜチキンライス 国産栗のロールケーキ マカロニ・アンド・チーズ ほうれん草のガリハタ炒め 牛乳(200) 注文締切 9/15	26 チーズ入りチキンかつ かぼちゃのそぼろあんかけ 春雨サラダ のりの佃煮 ごはん・牛乳 注文締切 9/15	27 鶏のからあげ甘辛 エリンギとピーマンのきんぴら リヨネーズポテト 3色ナムル あん団子 ごはん・牛乳 注文締切 9/15	28 煮込みハンバーグ かぼちゃのチーズソテー さつまいもの天ぷら コールスローサラダ 羽曳野産いちじくジャム ロールパン 牛乳(200) 注文締切 9/15	29 肉団子甘酢 大根と厚揚げの煮物 ホイコーロー りんごシュガーバターソテー ごはん・牛乳 注文締切 9/19

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (%)	脂質 (%)	カルシウム (mg)	マグネシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μgRAE)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当量 (g)
9月平均栄養価	826	14.1	25.8	333	103	3.9	237	0.36	0.56	32	4.2	2.4
文部科学省基準	830	学校給食による摂取エネルギー全体の13%~20%	学校給食による摂取エネルギー全体の20%~30%	450	120	4.5	300	0.5	0.6	35	7以上	2.5未満

各学校の給食の実施が無い日

学校	1年	2年	3年
高鷲中学校	29日(金)	29日(金)	29日(金)
高鷲南中学校	29日(金)	29日(金)	29日(金)
河原城中学校	29日(金)	29日(金)	29日(金)
はびきの埴生学園 7~9年生	-	-	-
峰塚中学校	29日(金)	29日(金)	29日(金)
菅田中学校	29日(金)	29日(金)	29日(金)

アレルギー物質を含む食品の一覧

8大アレルギー物質：小麦・そば・卵・乳・落花生・かに・えび・くるみ
※飲用牛乳は一覧には表示していません。

使用日	小麦	そば	卵	乳	落花生	かに	えび	くるみ
1日	○			○			○	
4日	○							
5日	○		○	○			○	
6日	○							
7日	○			○				
8日	○		○				○	
11日	○							
12日	○		○					
13日	○			○			○	
14日	○		○	○				
15日	○		○					
19日	○			○			○	
20日	○			○				
21日	○						○	
22日	○			○				
25日	○		○	○				
26日	○		○	○				
27日	○		○	○				
28日	○		○	○				
29日	○			○				

令和4年度羽曳野市中学校給食献立コンテスト

9月15日は市長賞を受賞された河原城中学校3年1組 篠崎由梨香さんの献立『ぶどうで煮たビーフシチュー』が登場します！

篠崎さんよりコメント

この献立は、学校でも本物に近い味で食べられたらいいなという思いで考えました。おいしかったらいいな！！



- ポークロquette
- キャベツとほうれん草のツナマヨ和え
- きゅうりのおかか和え
- フルーツミックス
- ごはん・牛乳

給食で使用している油はなたね油です。また醤油には大豆、小麦が使用されています。給食調理場及び加工食品製造工場において8大アレルギー物質を含む食品を製造する場合がありますが、献立表には8大アレルギー物質のみの表記としており、コンタミネーションについては特に記載していませんので、詳しい情報が必要な方は食育・給食課までお問い合わせください。

※令和7年4月1日からの「くるみ」のアレルギー表示義務化に伴い、9月献立表よりアレルギー一覧表に記載します。

羽曳野市中学校給食

表中にごはんと牛乳の表示は省略しています。
(変わりごはんの場合は、表示しています。)

令和5年9月 使用食材一覧表

(ごはん 356Kcal 牛乳 138Kcal)
9月1・6・8・12・15・20・22・25・27・29日は
減量ごはん(322Kcal)です。

1(金)	エネルギー	たんぱく質	脂質
	796Kcal	23.5g	21.6g
カレーハンバーグ 国産鶏肉と豚肉のハンバーグ、たまねぎ、にんじん、にんにく、なたね油、コンソメ、カレー粉、トマトケチャップ、とんかつソース、濃口しょうゆ、はちみつ			
粉ふきいも じゃがいも、並塩、こしょう、パセリ			
桜海老のかきあげ 釜あげ桜えび、たまねぎ、さつまいも、サラダチーズ、小麦粉、並塩、なたね油			
きやべつとちくわの炒め物 キャベツ、にんじん、焼竹輪、ごま油、料理酒、白すりごま、濃口しょうゆ、並塩、こしょう			
みたらし団子 白玉だんご、濃口しょうゆ、上白糖、馬鈴薯精製澱粉			

4(月)	エネルギー	たんぱく質	脂質
	860Kcal	31g	24.1g
チキンかつ チキンカツ、なたね油、日給連中濃ソース			
れんこんのきんぴら れんこん、にんじん、なたね油、本みりん、上白糖、料理酒、濃口しょうゆ、煎り白胡麻			
ささみのパンパンジー 鶏ささ身、きゅうり、太もやし、信州味噌、淡口しょうゆ、上白糖、煎り白胡麻、ごま油			
スパゲティミートソース スパゲティ、オリーブオイル、豚肉、たまねぎ、にんにく、トマトピューレ、トマトソース、トマトケチャップ、ウスターソース、コンソメ、並塩、こしょう、パセリ			
りんご缶 りんご缶			

5(火)	エネルギー	たんぱく質	脂質
	829Kcal	34.7g	24.6g
タンダーリーチキン 鶏もも肉皮なし、無糖ヨーグルト、トマトケチャップ、カレー粉、にんにく、並塩、こしょう			
キャベツのカレーマヨソテー キャベツ、なたね油、まぐろ油漬け、マヨネーズ、カレー粉、並塩、こしょう			
白味噌入りグラタン マカロニ、たまねぎ、むきえび、なたね油、並塩、こしょう、加塩バター、白味噌、小麦粉、牛乳、パン粉、パセリ			
白菜とあげの煮物 はくさい、にんじん、きざみ揚げ、濃口しょうゆ、本みりん、料理酒、上白糖			
さつまいもシュガー さつまいも、なたね油、上白糖、加塩バター			

6(水)	エネルギー	たんぱく質	脂質
	791Kcal	30.9g	24.3g
鶏肉の照り焼き 鶏もも肉皮なし、並塩、こしょう、にんにく、しょうが、濃口しょうゆ、上白糖、本みりん、馬鈴薯精製澱粉			
もやしのソテー もやし、淡口しょうゆ、並塩、こしょう、なたね油			
ゴーヤチャンプル にがうり、並塩、上白糖、たまねぎ、木綿豆腐、豚肉ロース、なたね油、青ねぎ、かつお削りぶし、だしかつお、だし昆布、料理酒、淡口しょうゆ、濃口しょうゆ、オイスターソース、こしょう			
春巻き 野菜の春巻、なたね油			
トマトマカロニ マカロニ、たまねぎ、オリーブオイル、トマトケチャップ、トマトソース、ウスターソース、濃口しょうゆ			

7(木)	エネルギー	たんぱく質	脂質
	893Kcal	31.7g	23.6g
鮭フライ 玉ねぎソース添え さけフライ、なたね油、たまねぎ、馬鈴薯精製澱粉、上白糖、米酢、淡口しょうゆ、本みりん、加塩バター			
豚じゃが 豚肉ロース、料理酒、濃口しょうゆ、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、なたね油、上白糖、濃口しょうゆ、本みりん、だし昆布、だしかつお			
キャベツのコンソメ炒め キャベツ、にんじん、無塩せきベーコン、オリーブオイル、コンソメ、淡口しょうゆ、並塩、こしょう			
ずんだもち むぎ枝豆、上白糖、本みりん、並塩、白玉だんご			

8(金)	エネルギー	たんぱく質	脂質
	767Kcal	27g	23.1g
二色丼 精白米、鶏ひき肉、たけのこ、水煮、しょうが、濃口しょうゆ、料理酒、本みりん、上白糖、なたね油、ほうれんそう、だし昆布、だしかつお			
かぼちゃとえびのかきあげ むきえび、たまねぎ、かぼちゃ、小麦粉、並塩、なたね油			
ブロッコリーのサラダ ブロッコリー、ホールカーネーション、にんじん、まぐろ油漬け、煎り白胡麻、マヨネーズ、米酢、上白糖、濃口しょうゆ、料理酒、本みりん、だし昆布、だしかつお			
ひじきの煮物 きざみ揚げ、干しひじき、豚肉、蒸し大豆、なたね油、上白糖、濃口しょうゆ、本みりん、だし昆布、花かつお			

11(月)	エネルギー	たんぱく質	脂質
	826Kcal	32.3g	23.6g
チキン南蛮 鶏もも肉皮なし、並塩、こしょう、淡口しょうゆ、料理酒、馬鈴薯精製澱粉、なたね油、濃口しょうゆ、上白糖、米酢、タルタルソース			
もやしとにらのソテー もやし、にら、淡口しょうゆ、並塩、こしょう、なたね油			
ちくわの黒胡麻揚げ 焼竹輪、煎り黒胡麻、小麦粉、なたね油			
キャベツのトマト煮込み キャベツ、トマトダイス缶、無塩せきベーコン、コンソメ、上白糖、トマトケチャップ、並塩、こしょう、オリーブオイル			
小松菜のサバぼん和え こまつな、えのきたけ、さば水煮、濃口しょうゆ、米酢、本みりん、だしかつお、だし昆布、ゆず汁			

12(火)	エネルギー	たんぱく質	脂質
	811Kcal	28.3g	24.5g
みそかつ ポークヒレカツ、なたね油、赤味噌、だしかつお、だし昆布、本みりん、上白糖、濃口しょうゆ、トマトケチャップ、とんかつソース			
チヂミ揚げ イカ、にんじん、たまねぎ、にら、白すりごま、小麦粉、並塩、なたね油、淡口しょうゆ、米酢、ごま油			
きゅうりのツナごま和え きゅうり、まぐろ油漬け、白すりごま、濃口しょうゆ、上白糖、しょうが			
かぼちゃのサラダ かぼちゃ、並塩、こしょう、米酢、上白糖、マヨネーズ、パセリ			

13(水)	エネルギー	たんぱく質	脂質
	857Kcal	32.4g	24.7g
鶏肉のバタほんステーキ 鶏もも肉皮なし、並塩、こしょう、小麦粉、なたね油、にんにく、加塩バター、濃口しょうゆ、米酢、ゆず果汁、上白糖、本みりん			
ごぼうとじゃこのかきあげ ごぼう、ちりめんじゃこ、にんじん、さつまいも、たまねぎ、小麦粉、並塩、なたね油			
緑の彩りパスタ スパゲティ、並塩、ブロッコリー、むきえび、にんにく、コンソメ、オリーブオイル、こしょう、粉チーズ			
みかん(缶) みかん缶詰			

14(木)	エネルギー	たんぱく質	脂質
	860Kcal	31.1g	29.3g
いわしのかば焼き いわし開き澱粉付、なたね油、濃口しょうゆ、本みりん、上白糖、だしかつお、だし昆布、馬鈴薯精製澱粉			
厚揚げ麻婆 豚肉、えのきたけ、絹厚揚げ、しょうが、にんにく、なたね油、白ねぎ、赤味噌、上白糖、濃口しょうゆ、中華だし、素、料理酒、トウバンジャン、テンミンジャン、並塩、こしょう、馬鈴薯精製澱粉			
きやべつとちくわの煮びたし キャベツ、きざみ揚げ、だしかつお、だし昆布、濃口しょうゆ、本みりん			
チーズタルト チーズタルト			

15(金)	エネルギー	たんぱく質	脂質
	868Kcal	23.2g	25.5g
ぶどうで煮たビーフシチュー 牛肉肩ロース、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、米粉のハヤシルウ、トマトペースト、にんにく、なたね油、並塩、こしょう、ウスターソース、ぶどうジャム			
ポークコロッケ ポークコロッケ、なたね油			
フルーツミックス りんご缶、パイ缶、みかん缶詰			
キャベツとほうれん草のツナマヨ和え キャベツ、ほうれんそう、まぐろ油漬け、濃口しょうゆ、上白糖、米酢、マヨネーズ、なたね油			
きゅうりのおかか和え きゅうり、並塩、上白糖、濃口しょうゆ、白すりごま、かつお削りぶし			

19(火)	エネルギー	たんぱく質	脂質
	903Kcal	32.1g	26.2g
とりの天ぷら 鶏もも肉皮なし、にんにく、しょうが、料理酒、濃口しょうゆ、並塩、小麦粉、馬鈴薯精製澱粉、なたね油、天つゆ			
スパイシーかぼちゃ かぼちゃ、水煮だいず、馬鈴薯精製澱粉、なたね油、並塩、カレー粉、チリパウダー			
ジェンバースパゲティ スパゲティ、むきえび、えのきたけ、なたね油、ジェノバペースト、並塩、こしょう			
さつまいもとりんご煮 さつまいも、りんご、レーズン、加塩バター、上白糖、並塩、レモン果汁			

20(水)	エネルギー	たんぱく質	脂質
	788Kcal	34.4g	20.5g
鶏のすき焼き 鶏もも肉皮なし、料理酒、たまねぎ、白ねぎ、糸こんにやく、焼き豆腐、あつぱく、本みりん、濃口しょうゆ、上白糖			
じゃがいもグラタン じゃがいも、たまねぎ、なたね油、並塩、こしょう、加塩バター、小麦粉、牛乳、パン粉、パセリ			
白菜煮びたし はくさい、にんじん、きざみ揚げ、だしかつお、だし昆布、濃口しょうゆ、本みりん、料理酒、上白糖			
キャンディーチーズ(鉄) キャンディーチーズ			

21(木)	エネルギー	たんぱく質	脂質
	798Kcal	34.3g	19.1g
鶏肉のBBQソース 鶏もも肉皮なし、並塩、こしょう、たまねぎ、にんにく、本みりん、濃口しょうゆ、料理酒、米酢、上白糖、りんご、青ねぎ、馬鈴薯精製澱粉			
たまねぎのソテー たまねぎ、淡口しょうゆ、並塩、こしょう、なたね油			
おこのみあげ キャベツ、にんじん、ながいも、豚肉も、釜あげ桜えび、小麦粉、並塩、かつお削りぶし、とんかつソース、なたね油			
厚揚げチャンプル 絹厚揚げ、にんじん、キャベツ、青ねぎ、まぐろ油漬け、だしかつお、だし昆布、淡口しょうゆ、オイスターソース、上白糖、並塩、こしょう、なたね油			
あべかわ芋 さつまいも、なたね油、きな粉、上白糖、並塩			

22(金)	エネルギー	たんぱく質	脂質
	723Kcal	18.1g	12.7g
かすうどん うどん、だしかつお、だし昆布、淡口しょうゆ、本みりん、上白糖、並塩、ふえるわかめ、油かす、馬鈴薯精製澱粉			
さつま芋と栗のタルト さつま芋と栗のタルト			
ちんげん菜で八宝菜 チンゲンサイ、えのきたけ、にんじん、鶏ひき肉、馬鈴薯精製澱粉、なたね油、料理酒、オイスターソース、淡口しょうゆ、上白糖			
ツナっぱふりかけ まぐろ油漬け、ちりめんじゃこ、こまつな、なたね油、料理酒、淡口しょうゆ、濃口しょうゆ、本みりん、白すりごま			
コーヒーオレ コーヒーオレ			

25(月)	エネルギー	たんぱく質	脂質
	782Kcal	29.2g	21.6g
まぜまぜチキンライス 鶏もも肉皮なし、たまねぎ、にんじん、にんにく、オリーブオイル、コンソメ、トマトケチャップ、オイスターソース、加塩バター、並塩、こしょう、精白米			
国産栗のロールケーキ 国産栗のロールケーキ			
マカロニ・アンド・チーズ マカロニ、ナチュラルチーズ、サラダチーズ、無塩せきロースハム、じゃがいも、加塩バター、小麦粉、牛乳、並塩、こしょう、コンソメ、パセリ			
ほうれん草のかりん炒め ほうれんそう、ホールカーネーション、にんにく、なたね油、無塩バター、並塩、淡口しょうゆ、こしょう			

26(火)	エネルギー	たんぱく質	脂質
	808Kcal	27.4g	22.2g
チーズ入りチキンかつ ササミフライ(チーズ入り)、なたね油			
かぼちゃのそぼろあんかけ かぼちゃ、たまねぎ、豚肉、だしかつお、だし昆布、淡口しょうゆ、上白糖、本みりん、馬鈴薯精製澱粉			
春雨サラダ ビーフン、こまつな、きゅうり、にんじん、濃口しょうゆ、マヨネーズ、ガラスープ、並塩、こしょう			
のりの佃煮 きざみのり、だし昆布、だしかつお、濃口しょうゆ、上白糖、本みりん			

27(水)	エネルギー	たんぱく質	脂質
	815Kcal	29.6g	21.2g
鶏のからあげ甘辛 鶏もも肉皮なし、しょうが、料理酒、馬鈴薯精製澱粉、なたね油、上白糖、濃口しょうゆ、だしかつお、だし昆布			
エリンギとピーマンのきんぴら エリンギ、ピーマン、なたね油、本みりん、上白糖、料理酒、濃口しょうゆ、煎り白胡麻			
リヨネーズポテト 無塩せきベーコン、じゃがいも、たまねぎ、なたね油、並塩、こしょう、加塩バター			
3色ナムル こまつな、大豆もやし、にんじん、濃口しょうゆ、上白糖、並塩、ごま油、こしょう			
あん団子 白玉だんご、小豆、上白糖、並塩			

28(木)	エネルギー	たんぱく質	脂質
	861Kcal	21.5g	33.9g
煮込みハンバーグ 国産鶏肉と豚肉のハンバーグ、マッシュルーム、たまねぎ、なたね油、料理酒、トマトケチャップ、ウスターソース、上白糖、並塩、こしょう			
かぼちゃのチーズソテー かぼちゃ、加塩バター、パルメザンチーズ、並塩			
さつまいもの天ぷら さつまいも、小麦粉、馬鈴薯精製澱粉、なたね油、並塩			
ユールソーザダ キャベツ、にんじん、ホールカーネーション、マヨネーズ、米酢、上白糖、並塩、こしょう			
羽曳野産いちじくジャム いちじく、上白糖、すりおろしりんご、レモン果汁			
ロールパン ロールパン			

29(金)	エネルギー	たんぱく質	脂質
	894Kcal	29.2g	27.6g
肉団子甘酢 鶏胸肉ミートボール、なたね油、にんじん、たまねぎ、ピーマン、トマトケチャップ、米酢、上白糖、濃口しょうゆ、ガラスープ、馬鈴薯精製澱粉			
大根と厚揚げの煮物 だいこん、絹厚揚げ、濃口しょうゆ、上白糖、本みりん、料理酒、だし昆布、だしかつお			
ホイコーロー 豚肉ロース、キャベツ、パプリカ、たまねぎ、なたね油、濃口しょうゆ、赤味噌、本みりん、料理酒、上白糖、トウバンジャン			
りんごシュガーバターソテー りんご、加塩バター、上白糖			

9月7日(木)

キャベツのコンソメ炒め

豚じゃが

鮭フライ

ずんだもち

9月22日(金)

ちんげん菜で八宝菜

かすうどん

さつま芋と栗のタルト

ツナっぱふりかけ

令和5年度学校給食における市独自の物価高騰対策について

給食で使用する食材のうち、牛乳の価格上昇相当分について公費による支援を行い、給食費における保護者負担を増加させることなく学校給食を安定的に提供します。