

# 中学校で給食のご利用を

茨木市教育委員会

茨木市では、心身の成長著しい時期をサポートするとともに、望ましい食習慣を身につけることや、自身の健康を管理する力の育成などを目的として、平成25年度から学校給食法に基づいた「中学校給食」を実施しています。

中学校給食は、小学校のように全員が同じ給食を食べるのではなく、利用する日を選んで申し込む「選択制の給食」です。

## 1. 中学校給食の内容

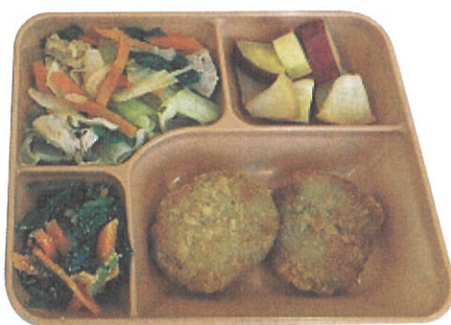
主食（ごはん・パン）、おかず（4品程度）、牛乳です。  
汁ものやカレー、デザートなどがつく日もあります。

### 令和2年度人気メニュー

あったかいよ



主食の基本はごはんです。  
ドッグパンなどのパンの日もあります。



おかずは4品程度です。  
旬の食材や行事、生徒の嗜好等に配慮しています。  
ゼリーなどのデザートがつくこともあります。



牛乳 200ml  
がつきます。  
カルシウム  
220mg を摂  
ることができます。

保温（冷）マグカップに、  
温かいみそ汁やスープ、  
カレーやシチューなどが  
入ることもあります。

調理は、市の調理指示書に基づき、委託給食業者が自社の調理場で行います。  
出来上がったごはんやおかずをランチボックスに詰めて、学校の配膳室に届けます。

## 2. 中学校給食の献立と栄養価

中学校給食は、文部科学省が定めた「学校給食摂取基準」に基づき、中学生に必要な栄養量を満たすとともに、旬の食材や行事、生徒の嗜好等に配慮して市の栄養士や中学校の栄養教諭等が献立を作成しています。



### 学校給食摂取基準

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (%)	脂質 (%)	ナトリウム 食塩相当量(g)	カルシウム (mg)	マグネシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA ( $\mu$ gRAE)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)
学校給食摂取基準 (12歳～14歳)	830	13～20	20～30	2.5未満	450	120	4.0	300	0.50	0.60	30	6.5以上

### 3. 中学校給食の利用方法

中学校給食は、献立表を参考に利用する日を選び、事前に申し込む「選択制」です。

予約は、「中学校給食予約システム」により、インターネット（パソコンやスマートフォン、携帯電話）またはマークシートで行います。

インターネットによる予約では、**当日の朝8時まで注文やキャンセルができます。**  
詳しくは入学後にお配りする「中学校給食利用ガイド」をご参照ください。

「中学校給食予約システム」  
<http://www.chugakulunch-ibaraki.jp>



### 4. 中学校給食の料金

**1食 320円です。**

10食分（3,200円）、または、20食分（6,400円）を選んで、コンビニエンスストアで事前に代金を支払います。手数料は不要です。**支払った2日後から予約ができます。**

（金・土・日曜日に支払った場合は、翌平日の夜から予約ができます）

支払った給食の代金は、卒業（または転校）の時まで有効です。

代金が残った場合は、卒業（または転校）の時にお返しします。



### 5. 就学援助・支援学級等就学奨励費について

就学援助・支援学級等就学奨励費の支給対象になった場合も、払込票による事前支払いは必要です。就学援助の支給対象となったかたには、利用回数に応じて、全額（市民税非課税世帯のかた）または半額（市民税非課税世帯以外のかた）を後日支給\*します。

支援学級等就学奨励費の支給対象となったかたには、利用回数に応じて、半額（市民税非課税世帯のかた）または1/4（市民税非課税世帯以外のかた）を後日支給\*します。

※令和2年度の支給額です。変更となる場合があります。

### 6. 中学校給食のアレルギー表示について

給食に使用されている食材で、アレルギー表示が義務付けられている特定原材料（卵・乳・小麦・落花生・えび・かに・そば）については献立表及びインターネットの中学校給食予約システムの献立表示画面に記載しています。

医師の診断により牛乳を制限されているかたは、学校生活管理指導表（アレルギー以外の場合は診断書）の提出により飲用牛乳を除去します。牛乳以外については、除去食、代替食などの対応はできませんのでご了承ください。

### 7. 中学校給食と食育

中学校給食では、色々な食材を取り入れ、「煮る・炒める・揚げる・焼く」といった調理法を用いて、豊富な食体験ができるよう、工夫を重ねた献立を取り入れています。

また、献立表を利用して食育の啓発を行ったり、人気のある献立を中心に、家庭でお子さまと一緒に作れるよう、レシピを紹介しています。

また、「レシピコンクール」を実施し、生徒のみなさんが考えたメニューが献立に登場することもあります。

**お子さまの成長や健康のために、ぜひ「中学校給食」をご利用ください。**



茨木には、次がある。

● 問合せ先 ●

茨木市教育委員会  
学務課 保健給食係

072-620-1681

Email [lunch@city.ibaraki.lg.jp](mailto:lunch@city.ibaraki.lg.jp)



この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

