

《ご入学・ご進級おめでとうございます》

新学期が始まります。学校給食では、生徒のみなさんの体と心の成長を支えるために必要なエネルギーや栄養素に配慮し、献立を作成しています。安全で安心な美味しい給食を生徒のみなさんに届けられるよう、調理場のスタッフと力を合わせていきたいと思ひます。どうぞよろしくお願ひいたします。



| Mon | Tue | Wed | Thu | Fri |
|-----|-----|---|--|--|
| 6 | 7 | 8 ●肉じゃが ●小松菜のじゃこ炒め ●揚げしゅうまい ●味噌汁 ごはん | 9 ●さばの塩焼き ●ひじきのふくめ煮 ●野菜炒め ●みたらし団子 ●根菜汁 ごはん | 10 ●豚肉の生姜焼き ●ポイルキャベツ ●竹輪の磯辺揚げ ●五目豆 ●かきたま汁 麦ごはん |
| 13 | 14 | 15 ●赤魚の照り焼き ●おひたし ●かぼちゃコロッケ ●こぶひら ●五目汁 ごはん | 16 ●あんかけカツ ●煮びたし ●こんにゃくの佃煮 ●デザート(ヨーグルト) 麦ごはん | 17 ●ポークビーンズ ●キャベツのソテー ●チキンナゲット ●ABCスープ ごはん |
| 20 | 21 | 22 ●天ぷら ●ほうれん草のごま和え ●黒糖蒸しパン 冷やしうどん | 23 ●チキンカレー ●温野菜サラダ(和風ドレッシング) ●コーンのチーズフリット 麦ごはん | 24 ●油淋鶏(ユウリンチー) ●ブロッコリーの塩ゆで ●春雨入り野菜ソテー ●焼き包子(パオズ) ●青梗菜のスープ ごはん |
| 27 | 28 | 29 ●肉団子のクリームソースがけ ●ほうれん草のソテー ●ひじきのそぼろ煮 ●デザート(ワインゼリー) ごはん | 30 ●ますのちゃんちゃん焼き ●もやしのおひたし ●青のりポテト ●すまし汁 麦ごはん | 献立表のマークについて 献立表には、給食の内容がわかるようにマークがついています。 ●ごはん ※主食を記載 ●汁物 ●果物など ●スプーン ※普段は箸がつかます。 |

昭和の日

4月分の注文について

【予約シート】
新2・3年生は3月10日(火)までに学校へ提出してください。
新1年生は3月6日(金)までに市役所学校教育課(5階2番窓口)に提出してください。
【予約サイト】
食べる日の7日前の(土・日・祝日を除く)14:00まで変更ができます。注文忘れのないようご注意ください。

献立の詳細について

アレルギー食品(28品目)について記載した献立食品調査票は、裏面に記載しています。

給食の材料については、右記二次元コードから献立情報をご覧いただくか、教育委員会にお問い合わせください。



給食の予約について

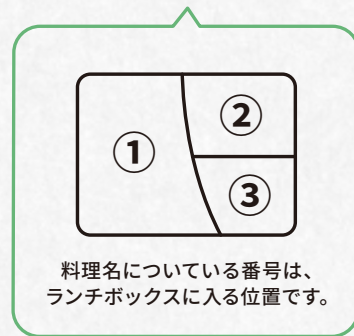
- 学校行事等により給食がない日は予約ができません。
- 給食外実施日は学校・学年によって異なることがありますので、学校からの予定等をご確認ください。
- 一括予約(申し込み)をされている方も月に一度は、中学校給食システムまたは予約通知書で申込状況をご確認ください。

〈 献立食品調査表 〉

| 日付 | 献立・料理名 | アレルギー | | | |
|-----------|----------------|------------------------|--------------|------------|------------|
| 8 (水) | ①肉じゃが | 豚肉 | | | |
| | ②小松菜のじゃこ炒め | | | | |
| | ③揚げしゅうまい | 小麦 / 豚肉 | | | |
| | 味噌汁 | 大豆 | | | |
| | エネルギー 830 kcal | たんぱく質 32.4 g | 脂質 24.2 g | 塩分相当 2.7 g | |
| 9 (木) | ①さばの塩焼き | さば | | | |
| | ①ひじきのふくめ煮 | 大豆 | | | |
| | ②野菜炒め | | | | |
| | ③みたらし団子 | | | | |
| | エネルギー 834 kcal | たんぱく質 33.5 g | 脂質 24.6 g | 塩分相当 2.8 g | |
| 10 (金) | ①豚肉の生姜焼き | 豚肉 | | | |
| | ①ポイルキャベツ | | | | |
| | ②竹輪の磯辺揚げ | 小麦 | | | |
| | ③五目豆 | 大豆 | | | |
| | エネルギー 879 kcal | たんぱく質 38.3 g | 脂質 26.9 g | 塩分相当 3.0 g | |
| 13 (月) | ①ハンバーグ | 乳 / 大豆 / 鶏肉 / 豚肉 | | | |
| | ①人参の甘煮 | | | | |
| | ②ジャーマンポテト | 豚肉 | | | |
| | ③ブロッコリーのおかか和え | | | | |
| | エネルギー 844 kcal | たんぱく質 27.8 g | 脂質 24.4 g | 塩分相当 2.9 g | |
| 14 (火) | ①八宝菜 | えび / いか / 豚肉 | | | |
| | ②春巻き | 小麦 / 大豆 / 豚肉 | | | |
| | ③たたき胡瓜 | | | | |
| | | エネルギー 794 kcal | たんぱく質 29.0 g | 脂質 26.2 g | 塩分相当 1.8 g |
| 15 (水) | ①赤魚の照り焼き | | | | |
| | ①おひたし | | | | |
| | ②かぼちゃコロッケ | 小麦 / 乳 / 大豆 | | | |
| | ③こぶびら | ゴマ | | | |
| | エネルギー 748 kcal | たんぱく質 30.2 g | 脂質 17.6 g | 塩分相当 2.7 g | |
| 16 (木) | ①あんかけカツ | 小麦 / 卵 / 大豆 / 豚肉 | | | |
| | ②煮びたし | 大豆 | | | |
| | ③こんにゃくの佃煮 | | | | |
| | デザート(ヨーグルト) | 乳 | | | |
| | エネルギー 787 kcal | たんぱく質 27.8 g | 脂質 20.0 g | 塩分相当 2.2 g | |
| 17 (金) | ①ポークビーンズ | 大豆 / 豚肉 | | | |
| | ②キャベツのソテー | 卵 / 乳 / 大豆 / 豚肉 / ゼラチン | | | |
| | ③チキンナゲット | 小麦 / 大豆 / 鶏肉 / 豚肉 | | | |
| | ABCスープ | 小麦 / 豚肉 | | | |
| | エネルギー 875 kcal | たんぱく質 33.4 g | 脂質 29.6 g | 塩分相当 2.7 g | |

| 日付 | 献立・料理名 | アレルギー | | | |
|-----------|-------------------|-----------------------------------|--------------|------------|------------|
| 20 (月) | ①あじフライ | 小麦 | | | |
| | ①千切りキャベツ(ソース) | 大豆 / りんご | | | |
| | ②切干大根のカレー炒め | 豚肉 | | | |
| | ③かぼちゃのふくめ煮 | | | | |
| | エネルギー 792 kcal | たんぱく質 29.6 g | 脂質 20.1 g | 塩分相当 2.6 g | |
| 21 (火) | ①親子煮 | 小麦 / 卵 / 鶏肉 | | | |
| | ②じゃがいものチーズ焼き | 卵 / 乳 / 大豆 / りんご | | | |
| | ③もやしソテー | | | | |
| | アスパラ入りスープ | 卵 / 乳 / 大豆 / 豚肉 / ゼラチン | | | |
| | エネルギー 830 kcal | たんぱく質 29.8 g | 脂質 27.7 g | 塩分相当 2.5 g | |
| 22 (水) | 冷やしうどん | 小麦 | | | |
| | ①天ぷら | 小麦 / えび / いか | | | |
| | ②ほうれん草のごま和え | ゴマ | | | |
| | ③黒糖蒸しパン | 小麦 | | | |
| | エネルギー 778 kcal | たんぱく質 25.6 g | 脂質 20.2 g | 塩分相当 3.9 g | |
| 23 (木) | ①チキンカレー | 小麦 / 乳 / 大豆 / 鶏肉 / 豚肉 / りんご / バナナ | | | |
| | ②温野菜サラダ(和風ドレッシング) | 小麦 / 大豆 / ゴマ | | | |
| | ③コーンのチーズフリット | 小麦 / 卵 / 乳 | | | |
| | | エネルギー 826 kcal | たんぱく質 28.3 g | 脂質 23.1 g | 塩分相当 2.4 g |
| 24 (金) | ①油淋鶏(コーリンチー) | 小麦 / 鶏肉 | | | |
| | ①ブロッコリーの塩ゆで | | | | |
| | ②春雨入り野菜ソテー | 卵 / 乳 / 大豆 / 豚肉 / ゼラチン | | | |
| | ③焼き包子(ハオズ) | 小麦 / 大豆 / 鶏肉 / 豚肉 | | | |
| | エネルギー 846 kcal | たんぱく質 32.9 g | 脂質 28.2 g | 塩分相当 2.7 g | |
| 27 (月) | ①魚の野菜あんかけ | | | | |
| | ②千草焼き | 卵 | | | |
| | ③さつまいもバター | 乳 | | | |
| | 大根の味噌汁 | | | | |
| | エネルギー 832 kcal | たんぱく質 35.1 g | 脂質 21.0 g | 塩分相当 2.6 g | |
| 28 (火) | ①肉団子のクリームソースがけ | 小麦 / 乳 / 大豆 / 鶏肉 / 豚肉 | | | |
| | ②ほうれん草のソテー | | | | |
| | ③ひじきのそぼろ煮 | 鶏肉 | | | |
| | デザート(ワインゼリー) | | | | |
| | エネルギー 885 kcal | たんぱく質 32.6 g | 脂質 24.0 g | 塩分相当 2.4 g | |
| 30 (木) | ①ますのちゃんちゃん焼き | 乳 / さけ | | | |
| | ②もやしのおひたし | | | | |
| | ③青のりポテト | | | | |
| | すまし汁 | 大豆 | | | |
| | エネルギー 812 kcal | たんぱく質 33.1 g | 脂質 24.9 g | 塩分相当 3.1 g | |

- ※ 学校行事や材料などの関係で、献立が変わることがあります。
- ※ 献立の中で「ごはん」と「麦ごはん」については省略しています。
- ※ 全てのおかずを同一の調理場で調理しています。
- ※ コンタミネーション(材料とは異なったものが微量混入すること)の可能性のあることをご承ください。
- ※ 揚げ油については何回か使い回しているため、他の食材の成分が流出している場合がありますのでご承ください。
- ※ 調味料(しょうゆ、みそ、ごま油及びだしの素など)に使われている材料については表示しておりません。
- ※ 栄養素量については、牛乳を含んだ数値を掲載しています。



表示対象品目

● 特定原材料

小麦、そば、卵、乳、落花生、えび、かに、くるみ

● 特定原材料に準ずるもの

あわび、いか、いくら、オレンジ、キウイフルーツ、牛肉、さけ、さば、大豆、鶏肉、豚肉、ももやまいも、りんご、ゼラチン、バナナ、カシューナッツ、ゴマ、アーモンド、マカダミアナッツ

