

# 2023年度4月分 中学校給食献立表

新年度の学校生活がスタートしました。みなさんの心と体の健やかな成長を支えるため、今年度も安全・安心、そしておいしい給食を提供していきます。

今月の**青ねぎ・みつば**は大阪府内産を使用します。


※今年度より牛乳はプラスチックごみ削減のため、ストローを使わずに飲めるパックになります。

★年間目標★  
感謝の気持ちで、協力して  
楽しい給食時間にしよう

☆4月の目標☆  
・協力して準備・片付けをしよう  
・食物アレルギーについて理解しよう

学校給食では生徒の体格に見合ったエネルギー量を求め、給食の実施基準を定めています。


	岸和田市 実施基準	今月の平均
エネルギー (キロカロリー)	815	711
たんぱく質 (パーセント)	摂取エネルギー 全体の 13~20	16
脂質 (パーセント)	摂取エネルギー 全体の 20~30	29

火	水	木	金	
<b>11</b> ●牛乳 <b>ごはん</b> ●米 <b>ハンバーグ・和風ソースかけ</b> ●ハンバーグ ▲おろしにんにく ●片栗粉 ▲青ねぎ ▲砂糖 しょうゆ ▲おろししょうが <b>大和煮</b> ●牛肉 ▲たけのこ こんにゃく ▲にんじん ●大豆 ●砂糖 ▲ごぼう ●昆布 しょうゆ <b>みそ汁</b> ▲にんじん ▲ぶなしめじ ●白みそ ▲たまねぎ ●わかめ 削りぶし ▲じゃがいも ●赤みそ だし昆布 ▲太もやし	<b>12</b> ●牛乳 <b>コッペパン</b> <b>焼きソーセージ</b> ●フランクフルトソーセージ <b>ポテトサラダ</b> ●じゃがいも ▲きゅうり ▲にんじん 塩 ▲卵なしマヨネーズ しょうゆ <b>ミネストローネ</b> ●ベーコン ▲トマト水煮 野菜フィオン ▲にんじん ●米粉(中) 淡口しょうゆ ▲たまねぎ ▲パセリ 塩 ▲キャベツ ▲オリーブオイル しょうゆ <b>いちごゼリー</b>	<b>13</b> ●牛乳 <b>ごはん</b> ●米 <b>ポークカレーライスの具</b> ●豚肉 ●米粉カレーウスターソース ▲おろししょうが ●昆布パウダー しょうゆ ▲おろしにんにく カレー粉 濃厚ソース ▲たまねぎ 野菜フィオン 塩 ▲にんじん ケチャップ しょうゆ ▲じゃがいも <b>鶏肉のポテト衣フライ</b> ●鶏むね肉のポテト衣フライ ●油 <b>春キャベツとアスパラガスのサラダ</b> ▲春キャベツ ▲グリーンアスパラガス ▲にんじん 塩 <b>たまねぎドレッシング</b>	<b>14</b> ●牛乳 <b>ごはん</b> ●米 <b>さばの塩焼き</b> ●塩さば <b>豚肉と野菜のみそ炒め</b> ●豚肉 ▲たまねぎ ●砂糖 ▲にんじん ▲太もやし ●片栗粉 ▲キャベツ ▲赤みそ しょうゆ <b>若竹汁</b> ●焼きかまぼこ ●わかめ 淡口しょうゆ ▲たけのこ ▲みつば 料理酒 ▲たまねぎ ▲削りぶし 塩 ▲えのきたけ だし昆布 	
<b>17</b> ●牛乳 <b>ごはん</b> ●米 <b>たこのから揚げ</b> ●たこ(粉付き) ●油 <b>中華サラダ</b> ●ハム ▲小松菜 酢 ▲でんぶん麺 ●砂糖 淡口しょうゆ ▲にんじん ●サラダ油 <b>豆腐の中華煮</b> ●豚肉 ▲キャベツ みりん ▲おろししょうが ▲青ねぎ 淡口しょうゆ ▲にんじん ●片栗粉 しょうゆ ▲たまねぎ 野菜フィオン 塩 ●豆腐	<b>18</b> ●牛乳 <b>ツナピラフ</b> ●米 ▲ホールコーン 塩 ●まぐろ油漬け ▲にんじん 野菜フィオン <b>鶏肉のカレー風味焼き</b> ●鶏肉(カレー味) <b>ソーセージとキャベツのソテー</b> ●フランクフルトソーセージ ●片栗粉 ▲キャベツ 塩 ▲サラダ油 しょうゆ <b>オニオンスープ</b> ●ベーコン ▲にんじん 淡口しょうゆ ▲にんにく ▲パセリ 塩 ▲たまねぎ 野菜フィオン しょうゆ	<b>19</b> ●牛乳 <b>米粉パン</b> <b>鮭フライ</b> ●さけフライ ●油 <b>中濃ソース</b> <b>ポトフ</b> ●フランクフルトソーセージ 淡口しょうゆ ▲にんじん ●じゃがいも 塩 ▲たまねぎ 野菜フィオン しょうゆ ▲キャベツ <b>フルーツミックス</b> ▲みかん(缶) ▲りんご(レトルト) ▲パイナップル(缶)	<b>20</b> ●牛乳 <b>ごはん</b> ●米 <b>ピピンパの具</b> ●牛肉 ▲太もやし ●砂糖 ▲おろしにんにく ▲にんじん しょうゆ ▲ぜんまい ▲チンゲンサイ コチュジャン <b>チヂミ</b> ▲チヂミ しょうゆ みりん <b>こんにゃく寒天のサラダ</b> ▲にんじん こんにゃく寒天 ●昆布パウダー ▲きゅうり ●砂糖 酢 ●まぐろ油漬け ●サラダ油 淡口しょうゆ	<b>21</b> ●牛乳 <b>ごはん</b> ●米 <b>鱈の竜田揚げ</b> ●さわらの竜田揚げ ●油 <b>干切大根の炒め煮</b> ●鶏肉 ●油揚げ ●砂糖 ▲干切大根 ▲三度豆 削りぶし ▲にんじん ●サラダ油 しょうゆ <b>豚汁</b> ●豚肉 ▲ごぼう こんにゃく ▲にんじん ▲ぶなしめじ ●赤みそ ▲たまねぎ ▲青ねぎ 削りぶし ▲太もやし
<b>24</b> ●牛乳 <b>ごはん</b> ●米 <b>鶏肉とじゃがいものみそ焼き</b> ●鶏肉 ●砂糖 料理酒 ▲じゃがいも ●赤みそ みりん <b>大豆とひじきの炒め煮</b> ●ひじき ●油揚げ 削りぶし ▲にんじん ●サラダ油 みりん ●大豆 ●砂糖 しょうゆ <b>根菜汁</b> ●豚肉 ●さといも 淡口しょうゆ ▲ごぼう ▲青ねぎ みりん ▲にんじん ▲削りぶし 塩 ▲大根 だし昆布	<b>25</b> ●牛乳 <b>ごはん</b> ●米 <b>キムチ炒め</b> ●豚肉 ▲にら キムチの素 ▲キャベツ ●砂糖 しょうゆ ▲太もやし ●片栗粉 塩 ▲にんじん <b>小松菜まんじゅう</b> ●小松菜まんじゅう <b>中華風コーンスープ</b> ●鶏肉 ▲クリームコーン 淡口しょうゆ ▲たまねぎ ▲青ねぎ 塩 ▲にんじん チキンフィオン しょうゆ ▲ホールコーン	<b>26</b> ●牛乳 <b>オリーブパン</b> <b>プレーンオムレツ</b> ●プレーンオムレツ <b>コールスローサラダ</b> ▲キャベツ ●フレンチドレッシング ▲ホールコーン ●卵なしマヨネーズ 塩 しょうゆ <b>ビーンズシチュー</b> ●豚肉 ●ミックスビーンズ ケチャップ ▲おろしにんにく ▲トマト水煮 濃厚ソース ▲たまねぎ ●米粉(中) しょうゆ ▲にんじん ●砂糖 しょうゆ ▲じゃがいも 野菜フィオン	<b>27</b> ●牛乳 <b>ごはん</b> ●米 <b>豚肉と新たまねぎの炒め物</b> ●豚肉 ▲にんじん みりん ▲土しょうが ●砂糖 しょうゆ ▲たまねぎ ●片栗粉 <b>キャベツとチンゲンサイのごま和え</b> ▲キャベツ ●白すりごま ●昆布パウダー ▲チンゲンサイ ●砂糖 淡口しょうゆ <b>なめこわかめのみそ汁</b> ▲にんじん ▲なめこ ●白みそ ▲たまねぎ ●わかめ 削りぶし ▲じゃがいも ●赤みそ だし昆布	<b>28</b> ●牛乳 <b>ごはん</b> ●米 <b>にぎすのから揚げ</b> ●にぎす(粉付き) ●油 <b>ツナと春キャベツのぼん酢和え</b> ▲春キャベツ ●まぐろ油漬け ほん酢 ▲にんじん <b>旨煮</b> ●豚肉 ●じゃがいも 削りぶし ▲にんじん ▲三度豆 みりん ▲たけのこ こんにゃく しょうゆ ●丸天 ●砂糖

●体の組織をつくる(1群, 2群) ▲体の調子を整える(3群, 4群) ■エネルギーになる(5群, 6群)

※やむをえない事情により内容を変更する場合があります。ご了承ください。

### 岸和田市学校給食センター



愛彩ランドの隣にある岸和田市学校給食センターでは、中学校11校(約5300人分)の給食をおよそ50人の調理員で作ります。配送担当者や配膳員、栄養士などもそれぞれ調理場・学校で給食を支えています。スタッフ一同、力を合わせて安心・安全でおいしく、かつ学べる給食作りを心がけていきます。

### 食物アレルギー対応について

●岸和田市の学校給食では、食物アレルギー対応として、卵・乳・小麦・えびの除去食を実施しています。そば・ピーナッツ(落花生)・かにを含む食品と生卵は使用しません。食物アレルギー対応を希望される場合は、申請書の提出が必要ですので、学校へ申し出てください。

●食物アレルギーやその他疾患(乳糖不耐症含む)等で、年度を通して、給食の「全部」または「一部\*」を停止する時は、「学校給食(変更・停止・再開)届」の提出が必要ですので、学校へ申し出てください。 \*パン・ごはん・飲用牛乳(飲むヨーグルト)

## ご家庭へのお知らせとお願い

**給食費** ●これまで各学校において徴収・管理する私会計方式で行っていましたが、今年度から市の歳入・歳出予算として管理する「公会計方式」になりました。  
 ●1食あたり310円です。(令和5年4月改定)  
 保護者の皆さまにご負担いただく給食費は食材料費のみで、それ以外の人件費や施設・設備にかかる経費は含みません。

●給食停止について●  
 ケガや病気などで1週間以上欠席される場合は、「学校給食(変更・停止・再開)届」を学校に提出していただく必要があります。届け出のあった日の平日4日後から、給食を停止することができます。停止できた日数分の給食費は、後日減額調整します。給食停止の届け出がない場合は、減額の対象になりませんのでご注意ください。

**給食当番** 給食当番の際はエプロン・三角巾・マスクを使用します。週末に持ち帰りますので、お手数ですが洗濯をお願いします。

