

2021年度4月分 中学校給食献立表

岸和田市教育委員会
岸和田市学校給食会

今月の青ねぎ・みつばは
大阪府内産を使用します。

◇ 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

◇ 月間目標 ◇
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

入学・進級おめでとうございます
色とりどりの花が咲きほこる中、新年度の学校生活がスタートしました。みなさんも期待に胸を膨らませているのではないのでしょうか。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。先生や友だちといっしょに、楽しい給食時間を過ごしてくださいね。

月		火		水		木		金													
12	●牛乳	13	●牛乳	14	●牛乳	15	●牛乳	16	●牛乳												
ごはん ■米	さばの塩焼き ●塩さば	豚肉と野菜のみそ炒め ●豚肉 ▲キャベツ ■砂糖 ▲にんじん ▲ピーマン しょうゆ ▲たまねぎ ●赤みそ	若竹汁 ●桜葉かまぼこ ▲みつば 塩 ▲たけのこ ▲削りぶし ▲たまねぎ ▲だし昆布 ▲えのきたけ ▲淡口しょうゆ ●わかめ ▲みりん	ごはん ■米	ツナピラフ ■米 ▲ホールコーン 塩 ●まぐろ油漬け ▲にんじん	鶏肉のから揚げ ●鶏肉(粉付き) ■油	コールスローサラダ ▲キャベツ ▲きゅうり ■フレンチドレッシング 塩 ■卵なしマヨネーズ しょうゆ	オニオンスープ ●ベーコン ▲パセリ ▲淡口しょうゆ ▲にんにく ■サラダ油 塩 ▲たまねぎ ▲野菜フイオン しょうゆ ■じゃがいも	ごはん ■米	米粉パン	焼きソーセージ ●フランクフルトソーセージ	ジャーマンポテト ●ベーコン ■じゃがいも 塩 ▲たまねぎ ▲パセリ しょうゆ ▲にんじん ▲淡口しょうゆ	ミネストローネ ●牛肉 ▲トマト水煮 ▲淡口しょうゆ ▲にんじん ■米粉マカロニ(缶) 塩 ▲たまねぎ ▲オリーブオイル しょうゆ ▲キャベツ ▲野菜フイオン	豆腐の中華煮 ●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 ▲野菜フイオン 塩 ●豆腐	いかの天ぷら ●いか(衣付き) ■油	なたでこフルーツ ▲みかん(缶) ▲なたでこ	ごはん ■米	牛肉の甘辛煮 ●牛肉 ▲えのきたけ しょうゆ ▲たまねぎ ▲糸こんにゃく 料理酒 ▲白ねぎ ■砂糖	キャベツとチンゲンサイのごま和え ▲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	みそ汁 ▲にんじん ▲太もやし ●白みそ ▲たまねぎ ▲青ねぎ ▲削りぶし ■じゃがいも ●赤みそ ▲だし昆布	
19	●牛乳	20	●牛乳	21	●牛乳	22	●牛乳	23	●牛乳												
ごはん ■米	鯖の竜田揚げ ●さわらの竜田揚げ ■油	塩こうじ炒め ●豚肉 ▲キャベツ 塩こうじ ▲にんじん	根菜汁 ●鶏肉 ■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	ごはん ■米	鶏肉の照り焼き ●鶏肉(照り焼き味)	れんこんの炒め物 ●焼豚 ▲ホールコーン ■砂糖 ▲にんじん ■サラダ油 ▲淡口しょうゆ ▲れんこん	豆腐とわかめのスープ ●豆腐 ▲にら しょうゆ ▲たまねぎ ●わかめ 塩 ▲太もやし ▲野菜フイオン しょうゆ ▲えのきたけ ▲淡口しょうゆ	丸型パン	スライスチーズ	ハンバーグ・ピザソースかけ ●ハンバーグ ▲パセリ ▲ケチャップ ▲たまねぎ ▲オリーブオイル 塩 ▲おろしにんにく ▲トマトピューレ しょうゆ ▲トマト水煮 ▲砂糖	ポテトサラダ ■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	レタススープ ●ベーコン ▲えのきたけ ▲淡口しょうゆ ▲にんじん ▲レタス 塩 ▲たまねぎ ▲野菜フイオン しょうゆ	ごはん ■米	鮭の塩焼き ●塩トラウトサーモン	大和煮 ●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	豚汁 ●豚肉 ▲キャベツ ●赤みそ ▲にんじん ▲太もやし ▲煮干し ▲たまねぎ ▲青ねぎ	ごはん ■米	カレーライス ●牛肉 ■米粉カレーウ ▲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 ▲野菜フイオン 塩 ▲にんじん ▲ケチャップ しょうゆ ■じゃがいも	えびフライ ●えびフライ ■油	春キャベツとアスパラガスのサラダ ▲春キャベツ 塩 ▲グリーンアスパラガス	コーンクリーミードレッシング
26	●牛乳	27	●牛乳	28	●牛乳	29	●牛乳	30	●牛乳												
ごはん ■米	大阪里芋コロッケ ●大阪さといもコロッケ ■油	ひじきの炒め煮 ●ひじき ■サラダ油 ▲みりん ▲にんじん ■砂糖 しょうゆ ●平天 ▲削りぶし	白玉みそ汁 ●鶏肉 ▲大根 ●赤みそ ▲にんじん ■白玉もち ●白みそ ▲たまねぎ ▲青ねぎ ▲削りぶし	ごはん ■米	ピピンパの具 ●牛肉 ▲にんじん しょうゆ ▲おろしにんにく ▲チンゲンサイ ▲コチュジャン ▲ぜんまい ■砂糖 ▲とうがらし粉 ▲太もやし	蒸しシュウマイ ●シュウマイ(豚肉)	こんにゃく寒天のサラダ ▲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	ごはん ■米	コッペパン	ホキのポテト衣フライ ●ホキのポテト衣フライ ■油	フルーツミックス ▲ラ・フランス(洋なし・缶) ▲みかん(缶) ▲りんご(レトルト)	ポトフ ●フランクフルトソーセージ ▲野菜フイオン ▲にんじん ▲淡口しょうゆ ▲たまねぎ 塩 ▲キャベツ しょうゆ	昭和の日 学校給食では生徒の体格に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。	菜めし ■米 ▲乾燥青菜	にぎすのから揚げ ●にぎす(粉付き) ■油	わかめときゅうりの酢の物 ●わかめ ■砂糖 ▲淡口しょうゆ ▲きゅうり ▲酢	豚じゃが ●豚肉 ▲三度豆 ▲削りぶし ▲たまねぎ ▲糸こんにゃく ▲みりん ▲にんじん ■砂糖 しょうゆ ■じゃがいも				

●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。

★「アレルギー情報」はこちら [岸和田市 中学校 給食献立](#) 検索

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5400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。1年間よろしくお祈りします。

食物アレルギーはありますか?

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。また、パン・ごはん・飲用牛乳など、除去による給食費の返金ができるものもあります。そば・落花生・かき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。

🍷🍷🍷🍷🍷🍷 【ご家庭へのお知らせとお願い】 🍷🍷🍷🍷🍷🍷

献立表

毎月配布します。ご家庭の献立や食生活の参考に活用ください。裏面には食に関するお話やレシピなどを掲載していますのでご覧ください。

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。

給食費

1食290円です。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。

●給食停止と返金について●

病気などで1週間以上欠席される場合は、学校にお知らせください。数量変更が可能な日(土日祝含まず4日後)から給食停止にすることができます。給食停止日数分の給食費は、後日返金します。なお、停止の申し出がない場合は、返金の対象になりませんのでご注意ください。

	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	764
たんぱく質(パーセント)	13~20	16
脂質(パーセント)	20~30	31