

# 2024年度4月分 中学校給食献立表

岸和田市教育委員会

今月のみつば・新たまねぎは大阪府内産を使用します。

	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	699
たんぱく質(パーセント)	摂取エネルギー全体の13~20	15
脂質(パーセント)	摂取エネルギー全体の20~30	28

## 月

<b>15</b>	●牛乳
ごはん	●米
●味付けのり	
きびなごのポテト衣フライ	●きびなごのポテト衣フライ ●油
こんにゃく寒天のサラダ	▲にんじん ▲きゅうり ●まぐろ油揚げ ▲昆布パウダー ▲砂糖 ▲サラダ油
豆腐の中華煮	●豚肉 ▲おろししょうが ▲にんじん ▲たまねぎ ●豆腐 ▲はくさい ▲青ねぎ ▲片栗粉 ▲野菜フィオン ▲料理酒 ▲淡口しょうゆ

<b>22</b>	●牛乳
ごはん	●米
鶏肉とじゃがいものみそ焼き	●鶏肉 ▲じゃがいも ▲砂糖 ▲赤みそ ▲料理酒 ▲みりん
大豆とひじきの炒め煮	●ひじき ▲にんじん ●大豆 ▲油揚げ ▲サラダ油 ▲砂糖 ▲削りぶし ▲みりん ▲しょうゆ
沢煮椀	●豚肉 ▲ごぼう ▲にんじん ▲たまねぎ ▲みつば ▲削りぶし ▲だし昆布 ▲淡口しょうゆ ▲みりん ▲塩 ▲こしょう

**29 昭和の日**

★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

<b>9</b>	●牛乳
ごはん	●米
ハンバーグ・和風ソースかけ	●ハンバーグ ▲おろしにんにく ▲青ねぎ ▲おろししょうが ▲片栗粉 ▲しょうゆ
茎わかめの炒め物	●牛肉 ▲にんじん ●茎わかめ ▲砂糖 ▲みりん ▲しょうゆ
みそ汁	▲にんじん ▲たまねぎ ▲じゃがいも ▲太もやし ▲ふなしめじ ▲小松菜 ▲白みそ ▲削りぶし ▲だし昆布

<b>16</b>	●牛乳
ごはん	●米
●味付けのり	
きびなごのポテト衣フライ	●きびなごのポテト衣フライ ●油
こんにゃく寒天のサラダ	▲にんじん ▲きゅうり ●まぐろ油揚げ ▲昆布パウダー ▲砂糖 ▲サラダ油
豆腐の中華煮	●豚肉 ▲おろししょうが ▲にんじん ▲たまねぎ ●豆腐 ▲はくさい ▲青ねぎ ▲片栗粉 ▲野菜フィオン ▲料理酒 ▲淡口しょうゆ

<b>23</b>	●牛乳
ごはん	●米
鶏肉とじゃがいものみそ焼き	●鶏肉 ▲じゃがいも ▲砂糖 ▲赤みそ ▲料理酒 ▲みりん
大豆とひじきの炒め煮	●ひじき ▲にんじん ●大豆 ▲油揚げ ▲サラダ油 ▲砂糖 ▲削りぶし ▲みりん ▲しょうゆ
沢煮椀	●豚肉 ▲ごぼう ▲にんじん ▲たまねぎ ▲みつば ▲削りぶし ▲だし昆布 ▲淡口しょうゆ ▲みりん ▲塩 ▲こしょう

<b>30</b>	●牛乳
ごはん	●米
蒸しシュウマイ	●シュウマイ(豚肉)
キャベツとチンゲンサイの和え物	▲キャベツ ▲チンゲンサイ ▲砂糖 ▲昆布パウダー ▲淡口しょうゆ
豆腐のカレー煮	●豚肉 ▲たまねぎ ▲にんじん ▲はくさい ▲青ねぎ ▲豆腐 ▲小麦なしカレーウ ▲野菜フィオン ▲塩 ▲こしょう ▲しょうゆ

<b>10</b>	●牛乳
ごはん	●コッペパン
焼きソーセージ	●フランクフルトソーセージ
ポテトサラダ	▲じゃがいも ▲にんじん ▲卵なしマヨネーズ ▲きゅうり ▲こしょう
ミネストローネ	●ベーコン ▲たまねぎ ▲キャベツ ▲トマト水煮 ▲野菜フィオン ▲淡口しょうゆ ▲塩 ▲こしょう ▲オリーブオイル

<b>17</b>	●牛乳
ごはん	●米粉パン
ミートボール・ソースかけ	●豚肉団子 ▲砂糖 ▲片栗粉 ▲ケチャップ ▲ウスターソース
ポトフ	●フランクフルトソーセージ ▲にんじん ▲たまねぎ ▲キャベツ ▲野菜フィオン ▲淡口しょうゆ ▲塩 ▲こしょう
ナタデココフルーツ	▲みかん(缶) ▲ナタデココ

<b>24</b>	●牛乳
ごはん	●コッペパン
プレーンオムレツ	●プレーンオムレツ
コールスローサラダ	▲キャベツ ▲ホールコーン ▲たまねぎ ▲にんじん ▲じゃがいも ▲砂糖 ▲野菜フィオン ▲卵なしマヨネーズ ▲濃厚ソース ▲こしょう
ビーンズシチュー	●豚肉 ▲おろしにんにく ▲たまねぎ ▲にんじん ▲じゃがいも ▲乳・小麦なしブラウンウ ▲金時豆 ▲ひよこ豆 ▲トマト水煮 ▲濃厚ソース ▲こしょう

●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。

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、新入生を迎え、新年度の学校生活がスタートしました。学校給食は、「学校で食べる昼食」ということだけでなく、教育活動の一環として位置づけられています。栄養バランスのとれた食事を提供することで、子どもたちの心と体の健やかな成長を支え、体力の向上を図ることや、食に関する指導の生きた教材となるように考えて作られています。

★「アレルギー情報」はこちら

<b>11</b>	●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 ▲にんじん ▲キャベツ ▲たまねぎ ▲太もやし ▲赤みそ ▲砂糖 ▲片栗粉 ▲しょうゆ
若竹汁	●桜型かまぼこ ▲たけのこ ▲たまねぎ ▲えのきたけ ▲わかめ ▲みつば ▲削りぶし ▲だし昆布 ▲淡口しょうゆ ▲料理酒 ▲塩

<b>18</b>	●牛乳
ごはん	●米
チンジャオロースー	●豚肉 ▲おろしにんにく ▲おろししょうが ▲たまねぎ ▲にんじん ▲ピーマン ▲砂糖 ▲片栗粉 ▲しょうゆ ▲料理酒 ▲塩
小松菜まんじゅう	●小松菜まんじゅう
春雨スープ	●鶏肉 ▲にんじん ▲たまねぎ ▲チンゲンサイ ▲ふなしめじ ▲はるさめ ▲青ねぎ ▲土しょうが ▲鶏がら ▲淡口しょうゆ ▲塩 ▲こしょう

<b>25</b>	●牛乳
ごはん	●米
プルコギ	●牛肉 ▲たまねぎ ▲キャベツ ▲おろしにんにく ▲にんじん ▲砂糖 ▲片栗粉 ▲しょうゆ ▲コチュジャン
チヂミ	▲チヂミ ▲砂糖 ▲ごま油 ▲しょうゆ ▲酢
タッコムタン	●鶏肉 ▲たまねぎ ▲にんじん ▲えのきたけ ▲白ねぎ ▲土しょうが ▲鶏がら ▲淡口しょうゆ ▲塩 ▲こしょう

<b>12</b>	●牛乳
ごはん	●米
ポークカレーライスの具	●豚肉 ▲おろししょうが ▲おろしにんにく ▲たまねぎ ▲にんじん ▲じゃがいも ▲乳・小麦なしカレーウ ▲昆布パウダー ▲カレー粉 ▲野菜フィオン ▲ケチャップ ▲ウスターソース ▲しょうゆ ▲濃厚ソース ▲塩 ▲こしょう
コロッケ	●コロッケ ▲油
春キャベツとアスパラガスのサラダ	▲春キャベツ ▲にんじん ▲グリーンアスパラガス ▲塩
たまねぎドレッシング	●たまねぎドレッシング

<b>19</b>	●牛乳
ごはん	●米
鯖の竜田揚げ	●さわらの竜田揚げ ▲油
千切大根の炒め煮	●鶏肉 ▲千切大根 ▲にんじん ▲油揚げ ▲三度豆 ▲サラダ油 ▲砂糖 ▲削りぶし ▲しょうゆ
豚汁	●豚肉 ▲たまねぎ ▲にんじん ▲キャベツ ▲青ねぎ ▲こんにゃく ▲赤みそ ▲削りぶし ▲こしょう

<b>26</b>	●牛乳
ごはん	●米
鱈のみりん干し	●あじの干物(味付け)
チキンと春キャベツのぼん酢和え	▲春キャベツ ▲にんじん ▲チキンフレーク ▲ぼん酢 ▲しょうゆ
豚じゃが	●豚肉 ▲たまねぎ ▲にんじん ▲じゃがいも ▲三度豆 ▲糸こんにゃく ▲砂糖 ▲削りぶし ▲みりん ▲しょうゆ

**岸和田市学校給食センター**

道の駅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5200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・くるみ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。

●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。\*牛乳・米飯・パン

**ご家庭へのお知らせとお願い**

**給食費** 1食あたり310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。