



令和4年4月 学校給食予定献立表 (中学校)

※ 物資の都合等により変更する場合があります。

日	曜日	こんだてめい ★:防災献立 ◆:よくかんでたべよう	エネルギーのもとになる (き)	からだをつくる (あか)	からだのちようしをととのえる (みどり)	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
13	水	ご飯 牛乳 鶏肉のみそマヨ焼き ◆★切干大根のカレー炒め すまし汁 いちごゼリー	ごはん マヨネーズ さとう あぶら	ぎゅうにゅう とりにく みそ ぶたにく とうふ かまぼこ わかめ	きりぼしだいこん たまねぎ あおピーマン えのきたけ にんじん ねぎ いちご	823 31.4
14	木	パン 牛乳 レンズ豆のチリコンカン スパゲティサラダ レタススープ	パン あぶら スパゲティ じゃがいも マヨネーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく ぎゅうにく レンズまめ チキンハム とりにく	たまねぎ しめじ にんにく にんじん さやいんげん きゅうり レタス コーン	793 30.7
15	金	ビビンバ(セルフ) 牛乳 チンゲン菜のナムル わかめスープ	ごはん さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぎゅうにく わかめ とうふ とりにく やきぶた	にんにく こまつな もやし はくさいキムチ チンゲンサイ キャバツ しろねぎ たまねぎ にんじん ねぎ	798 31.6
18	月	ご飯 牛乳 おろしハンバーグ ◆きんぴらごぼう キャバツのみそ汁	ごはん さとう ごま ごまあぶら あぶら でんぷん じゃがいも	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく とうふ わかめ みそ あぶらあげ	だいこん ねぎ ごぼう あおピーマン キャバツ もやし こんにやく たまねぎ にんじん なましいたけ	829 31.2
19	火	ご飯 牛乳 竹輪の磯辺揚げ(3個) もやしのごまかつおあえ 肉じゃが	ごはん こむぎこ あぶら ごま さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう ちくわ あおのり かつおぶし ぎゅうにく さつまあげ	もやし ほうれんそう にんじん たまねぎ さやいんげん いとこんにやく	800 26.6
20	水	ご飯 牛乳 鶏肉のコーンフ레이크焼き キャバツとハムのソテー マカロニスープ	ごはん マヨネーズ コーンフ레이크 あぶら こめこマカロニ じゃがいも	ぎゅうにゅう とりにく ポークハム ベーコン	キャバツ もやし コーン チンゲンサイ たまねぎ さやいんげん にんじん	814 30.0
21	木	パン 牛乳 鶏肉と大豆のケチャップ煮 アスパラベーコン まぜまぜゼリー	パン あぶら でんぷん じゃがいも さとう	ぎゅうにゅう ベーコン とりにく だいず	アスパラガス チンゲンサイ にんじん しょうが たまねぎ キャバツ もも なし みかん	800 29.4
22	金	カレーライス 牛乳 きびなごのから揚げ 五色あえ	ごはん じゃがいも でんぷん さとう あぶら ごまあぶら こむぎこ	ぎゅうにゅう ぶたにく きびなご チキンハム	たまねぎ にんじん にんにく しょうが キャバツ もやし コーン さやいんげん	801 27.3
25	月	ご飯 牛乳 平つくね焼き ビーフンサラダ 豚もやしスープ	ごはん ビーフン あぶら マヨネーズ ごまあぶら でんぷん	ぎゅうにゅう ぶたにく チキンハム とりにく かつおぶし	きゅうり にんじん もやし だいこん こまつな にら にんにく キャバツ えのきたけ しょうが	800 26.9
26	火	赤飯 ごま塩 牛乳 鱈の甘みそかけ ★かんぴょうの炒め煮 かき玉汁	せきはん さとう あぶら ごま でんぷん あまざけ	ぎゅうにゅう さわら ぶたにく たまご とうふ あぶらあげ みそ あずき	しょうが かんぴょう さやいんげん たまねぎ えのきたけ こんにやく にんじん ねぎ	791 37.1
27	水	ご飯 牛乳 ◆豚肉と切干大根の生姜炒め アスパラのツナごまあえ 若竹汁 河内晩柑	ごはん あぶら ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく わかめ とうふ とりにく ツナ	しょうが きりぼしだいこん アスパラガス キャバツ もやし たけのこ ねぎ かわちばんかん にんじん	780 34.1
28	木	パン 牛乳 ★大豆とさば缶のトマト煮 ★ひじきサラダ コーン豆乳クリームスープ	パン あぶら さとう オリーブあぶら こめこ じゃがいも マヨネーズ でんぷん	ぎゅうにゅう だいず ひじき チキンハム さば とりにく とうにゅう	トマト たまねぎ にんにく キャバツ にんじん コーン パセリ	791 29.1

太子町の学校給食について

・給食費は月額で幼稚園3,900円、小学校4,200円、中学校4,600円です。

・地元で作られる安心・安全な米・野菜・たけのこ・太子みそ・そうめんなどを年間を通して使用し、地産地消を推進しています。

・ベーコン・ハム・ウィンナー・ハンバーグなどの加工品は卵・乳不使用のものを、マヨネーズは卵不使用のものを使用しています。ただし、物資の都合によっては変更することもあります。食物アレルギーにより、加工品等の詳しい配合が必要な場合は、『学校給食献立材料表』でご確認ください。