

※材料の都合により、献立内容を変更する場合があります。ご了承ください。 葛城市学校給食センター

日付	献立名	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	体の調子をととのえるもの	中学校
11(金)	こめこ 米粉パン 牛乳 ハンバーグケチャップソース ポテトサラダ コンソメスープ	牛乳 ハンバーグ ベーコン	こめこパン じゃがいも マヨネーズ	たまねぎ にんじん きゅうり はるキャベツ コーン パセリ	800 33.6
14(月)	ごはん 牛乳 さわらのごまみそだれ はる 春キャベツのおかか和え にゅうめん	牛乳 さわら みそ かつおぶし とりにく うすあげ とうふ わかめ	米 ごま さとう ふしめん	はるキャベツ にんじん えのきたけ たまねぎ はねぎ	746 32.5
15(火)	ごはん 牛乳 キーマカレー とうにゅう 豆乳コーンコロッケ くきわかめのサラダ	牛乳 ぶたにく だいず とうにゅうコーンコロッケ くきわかめ	米 じゃがいも あぶら カレールウ ドレッシング(わふう)	にんじん たまねぎ りんご きゅうり	897 29.9
16(水)	ごはん 牛乳 とり肉の塩こうじ焼き ひじきいり煮 ★春のあったかみそ汁	牛乳 とりにく ひじき うすあげ あつあげ みそ はながたかまぼこ ウインナー	米 あぶら こんにゃく さとう	にんじん えだまめ だいこん たけのこ アスパラガス	737 32.3
17(木)	ごはん 牛乳 焼きぎょうざ きりぼしだいこん 切干大根のチャプチェ トックスープ	牛乳 ぎょうざ ぶたにく ベーコン とうふ わかめ	米 あぶら さとう ごまあぶら ごま こめこトック	きりぼしだいこん にんにく しょうが にんじん しいたけ ピーマン はくさい たまねぎ	876 27.2
18(金)	しよく 食パン 牛乳 ボロニアカツ イタリアンサラダ ミネストローネ	牛乳 ボロニアカツ ベーコン	コッペパン あぶら ドレッシング(イタリアン) こめこマカロニ オリーブオイル	ブロッコリー あかピーマン コーン えだまめ たまねぎ にんじん キャベツ パセリ トマト	768 28.4
21(月)	ごはん 牛乳 ハヤシライス チキンナゲット お祝いフルーツポンチ	牛乳 ぶたにく チキンナゲット	米 あぶら さとう ハヤシルウ ダイゼリー (いちご・もも・はちみつレモン)	たまねぎ にんじん エリンギ グリンピース パイン みかん もも	897 27.8
22(火)	ごはん 牛乳 わふう 和風つくね にんじんしりしり ★かつらぎ特製みそ汁 さくらもち	牛乳 わふうつくね シーチキン うすあげ わかめ みそ	米 さとう でんぷん あぶら しんじゃがいも さくらもち	にんじん コーン しんたまねぎ ごぼう	813 25.6
23(水)	ごはん 牛乳 ししゃもの磯辺あげ キャベツのたくあん和え いものこ汁 ミルメークコーヒー	★印のついた「みそ汁」は、新庄小・磐城小の6年生が考えた「春のみそ汁」です。 牛乳 ししゃも あおのり かつおぶし とりにく			777 26.1
24(木)	ごはん 牛乳 プチにくまん はるさめ まーぼーどろふ 春雨サラダ 麻婆豆腐	牛乳 プチにくまん とうふ ぶたにく	米 はるさめ こんにゃく ごま ごまあぶら さとう でんぷん	きゅうり にんじん コーン たまねぎ はねぎ しいたけ にんにく しょうが	874 31.3
25(金)	せわりパン 牛乳 ウインナー スロッピージョー はる 春キャベツのクリーム煮 ヨーグルト	牛乳 ウインナー ぶたにく だいず とりにく とうにゅう ヨーグルト	コッペパン あぶら じゃがいも こめこ	たまねぎ セロリー にんじん エリンギ はるキャベツ	776 37.3
28(月)	ごはん 牛乳 メバルの竜田揚げ きんぴらごぼう ★キャベツとんじる	牛乳 メバル ひらてん ぶたにく とうふ みそ	米 あぶら こんにゃく さとう ごま	ごぼう にんじん キャベツ たまねぎ	798 31.5
30(水)	ごはん 牛乳 とうふあげ ブロッコリーのおかか和え しん 新じゃがのそぼろ煮	牛乳 とうふあげ かつおぶし ぶたにく あつあげ	米 さとう しんじゃがいも こんにゃく あぶら	ブロッコリー にんじん だいこん えだまめ	835 30.2

～今月の地場産物～ *奈良県で生産・製造された食材を紹介します。献立表の中で太字にしています*

米・パン・ふしめん・こめこマカロニ・こめこトック・こんにゃく・さといも・みそ(22日)
アスパラガス・しろねぎ・はねぎ・なめこ・しおこうじ・ウスターソース

◎給食なしのお知らせ◎
11日(金):新庄中1年、白鳳中1年

★栄養価の表示★
上の段:エネルギー(kcal)
下の段:たんぱく質(g)
※ただし米を110gとする。

4月平均
815
30.3

ご入学・ご進級おめでとうございます

いろとりどりの花が咲き誇るなか、希望に満ちあふれた新年度が始まりました。みなさんの学校生活がより充実したものになるように、毎日の給食を通して応援していきます。給食センター職員一同、力を合わせておいしい給食を届けますので、1年間、よろしくお願いいたします。

「人を良くする」と書いて「食」

よく「人を良くすると書いて『食』」といわれます。学校給食は、子どもたちが食事を通してさまざまなことについて学び、望ましい食習慣や社会性などを身につけていく教育活動のひとつになっています。学校では、学校給食法に基づき、右の7つの目標を達成できるような給食づくりや、給食を通じた食に関する指導を行っています。

けんこう からだ
健康な体をつくる

た かた まな
よい食べ方を学ぶ

ひと かか
人と関わる

た もの かんしゃ
食べ物に感謝する

はたら 働くこと
働くことを尊ぶ

しよくぶん か みらい つた
食文化を未来に伝える

しゃかい
社会のしくみを学ぶ