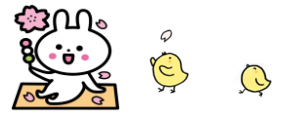




# 令和6年4月 学校給食献立予定表(中学校)



津山市立草加部学校食育センター

ひづけ 日付	こんだて 献立名	エネルギー (kcal) タンパク(g)	おもなざいりょう					
			からだつく 体を作るものになる		からだちよし との 体の調子を整える		エネルギーのものになる	
11 (木)	ごはん 牛乳 照り焼きハンバーグ あか 赤じそあえ とうふ 豆腐のみそ汁	723 29.9	牛乳 とうふ わかめ	ハンバーグ 油あげ みそ	だいこん ごまつな たまねぎ	もやし にんじん あかじそ	米 でんぷん	さとう じゃがいも
12 (金)	にく 肉うどん 牛乳 おかかあえ さくらゼリー	782 40.4	牛乳 かつおけずり 油あげ こんぶ	ちくわ ぶたにく ぎゅうにく	きゅうり たまねぎ はくさい だいこん	しょうが にんじん ながねぎ	うどん 油	ゼリー さとう
15 (月)	コッペパン 牛乳 鮭のマヨネーズ焼き フレンチサラダ コンソメスープ	749 34.1	牛乳 ウインナー	さけ	キャベツ きゅうり たまねぎ	だいこん にんじん チンゲンサイ	コッペパン じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	米 油 米こ
16 (火)	ごはん 牛乳 豚じゃが じゃこあえ	700 29.2	牛乳 さつまあげ	ぶたにく しらすぼし	にんじん さやいんげん もやし	たまねぎ ごまつな はくさい	米 じゃがいも さとう	油 こんにやく
17 (水)	チキンカレーライス 牛乳 福神あえ	711 24.2	牛乳	とりにく	にんにく にんじん もやし ほうれんそう	たまねぎ グリーンピース キャベツ ふくじんづけ	米 じゃがいも	油 カレールウ
18 (木)	【入学・進級祝い献立】 ごはん 牛乳 みそカツ 甘酢あえ はる 春のすまし汁 いちごゼリー	740 30.6	牛乳 みそ わかめ	とんかつ かまぼこ	キャベツ にんじん たけのこ ねぎ	きゅうり たまねぎ えのきたけ	米 さとう	油 ゼリー
19 (金)	しお 塩ラーメン 牛乳 しゅうまい 中華あえ	712 33.5	牛乳 しゅうまい ぶたにく	なると ハム	にんじん キャベツ ごまつな もやし	たまねぎ チンゲンサイ だいこん しょうが	ちゅうかめん ごま油	さとう 油
22 (月)	こくとう 黒糖パン 牛乳 豆乳クリーム煮 ハムサラダ	763 31.4	牛乳 つくね ハム	とりにく とうにゅう	たまねぎ はくさい キャベツ だいこん	にんじん ブロッコリー きゅうり	こくとうパン 米こ	じゃがいも 油
23 (火)	ごはん 牛乳 さばのみそ煮 ひたし いなかじる 田舎汁	702 33.0	牛乳 ちくわ さばのみそに	油あげ とりにく	キャベツ ごまつな にんじん	もやし たまねぎ ねぎ	米	じゃがいも
24 (水)	ごはん 牛乳 ホイコーロー 糸寒天の中華あえ	709 28.4	牛乳 あつあげ ハム	ぶたにく みそ かんてん	チンゲンサイ たまねぎ しょうが たけのこ	にんにく にんじん キャベツ だいこん エリンギ きゅうり	米 さとう ごま油	油 でんぷん
25 (木)	【日本よいとこ味めぐり献立～大分県～】 ごはん 牛乳 とり天 磯あえ だんご汁 かぼすゼリー	758 29.6	牛乳 油あげ のり	とりてん みそ	ごぼう もやし たまねぎ だいこん	キャベツ ほうれんそう にんじん ねぎ	米 さとう ゼリー	油 ワンタン
26 (金)	ミートソーススパゲティ 牛乳 ひじきとコーンのサラダ	777 30.6	牛乳 ひじき	ぶたにく	グリーンピース にんじん にんにく キャベツ	たまねぎ エリンギ トマト コーン ごまつな	ソフトめん ハヤシルウ さとう	油 でんぷん
30 (火)	【津山・岡山食べようday】 つやま おかやまた 親子丼 牛乳 野菜とツナのあえ物	700 35.5	牛乳 かまぼこ とりにく	たまご 油あげ ツナ	にんじん しいたけ だいこん ほうれんそう	たまねぎ ねぎ キャベツ	米 でんぷん	油

★**太字**は、津山産の食材を、『津山・岡山食べようday』の**太字**は岡山県産の食材を使用する予定です。  
この他、たまねぎは津山産を優先して使用する予定です。  
★都合により、献立及び食材を変更する場合があります。

★津山市(保健給食課)のホームページに学校給食の献立表と産地を掲載しています。



新しい学年がはじまりました。学校給食では子どもたちが栄養のバランスのとれた食事を先生や仲間と一緒に食べます。その中で食事の楽しさや大切さ、健康に過ごすためのよい食べ方やマナー、協力の大切さや感謝の心、ふるさとやさまざまな地域の食文化を学んでいきます。安全で、楽しく、そしておいしい給食を自指しますのでよろしくお願ひします。

## 草加部学校食育センターについて

【受配校】小学校14校 中学校4校 合計18校  
【調理委託業者】(株)東洋食品

【調理内容】学校給食の炊飯(ごはん)・副食(おかず) 【食数】約4,000食  
【給食配達委託業者】岡山県貨物運送(株)



津山市食育推進キャラクター「しよくたん」

職員一同、みなさんにおいしく食べてもらえるよう、心を込めて給食を届けます!