



令和3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				
			からだをつく 体を作るものになる	からだを 体の調子を整える	エネルギー エネルギーのものになる		
12 (月)	コッペパン 牛乳 ハンバーグ コールスローサラダ 野菜スープ	812 30.0	牛乳 ベーコン	ハンバーグ	キャベツ にんじん エリンギ	コーン たまねぎ ごまつな	コッペパン じゃがいも ノンエッグマヨネーズ
13 (火)	ごはん 牛乳 じゃがいもと厚揚げの煮物 切干大根の酢のもの	740 26.3	牛乳 あつあげ	ぶたにく ちくわ	しょうが たまねぎ もやし きりぼしだいこん	にんじん グリーンピース きゅうり	米 じゃがいも さとう 米ぬか油 こんにやく でんぷん
14 (水)	ごはん 牛乳 鶏肉のから揚げ おかかあえ みそ汁	796 38.0	牛乳 とうふ かつおけずり	とりにく わかめ みそ	しょうが もやし たまねぎ	はくさい ごまつな ねぎ	米 米ぬか油 さとう でんぷん
15 (木)	【入学・進級祝い献立】 わかめごはん 牛乳 さわらの桜焼き 千草あえ 春のすまし汁 お祝いゼリー	726 34.7	牛乳 とうふ わかめ	さわら かまぼこ	ほうれんそう にんじん えのきたけ ねぎ	キャベツ コーン たまねぎ さくらのは	米 さとう でんぷん ゼリー
16 (金)	しょうゆラーメン 牛乳 中華あえ	721 34.6	牛乳 なると	ぶたにく ハム	にんじん たけのこ ねぎ もやし	たまねぎ コーン だいこん きゅうり	ちゅうかめん さとう 米ぬか油 ごま油
19 (月)	【オリンピック・パラリンピック応援献立～アメリカ～】 スラッピージョー 牛乳 豆乳コーンチャウダー	817 31.8	牛乳 ぶたにく とうにゅう	だいち ベーコン	たまねぎ コーン パセリ	にんじん マッシュルーム	コッペパン 米ぬか油 さとう 米パン粉 じゃがいも 米こ
20 (火)	ごはん 牛乳 八宝菜 糸寒天のあえ物	716 28.4	牛乳 あつあげ かんてん	ぶたにく ハム	しょうが にんじん たけのこ キャベツ	たまねぎ はくさい チンゲンサイ ブロッコリー だいこん	米 でんぷん さとう 米ぬか油 ごま油
21 (水)	ごはん 牛乳 ホキの木の芽みそがけ ひたし 田舎汁	723 36.1	牛乳 きのめみそ ちくわ 油あげ	ホキ みそ とりにく	ほうれんそう もやし にんじん ごぼう	はくさい たまねぎ だいこん ねぎ	米 さとう こんにやく
22 (木)	ごはん 牛乳 春山の卵とじ 梅肉あえ さくらもち	798 31.3	牛乳 こやど豆腐 かまぼこ	とりにく たまご	たけのこ にんじん きぬさや れんこん	たまねぎ わらび もやし きゅうり うめ	米 じゃがいも さとう さくらもち 米ぬか油
23 (金)	ハッシュドポークスパゲティ 牛乳 グリーンサラダ	819 32.4	牛乳	ぶたにく	にんにく にんじん しめじ キャベツ	たまねぎ ブロッコリー エリンギ グリーンピース だいこん きゅうり	ソフトめん 米ぬか油 でんぷん ハヤシルウ
26 (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	779 34.1	牛乳 ウインナー	さけ	キャベツ きゅうり たまねぎ チンゲンサイ	だいこん コーン にんじん	コッペパン 米ぬか油 米こ じゃがいも ノンエッグマヨネーズ
27 (火)	ごはん 牛乳 豚肉と野菜の煮物 しそ昆布あえ	719 27.3	牛乳 あつあげ しそこんぶ	ぶたにく ちくわ	しょうが たけのこ さやいんげん もやし ほうれんそう	れんこん にんじん はくさい ほうれんそう	米 じゃがいも さとう 米ぬか油 こんにやく
28 (水)	チキンカレーライス 牛乳 福神あえ	731 26.4	牛乳	とりにく	にんにく にんじん キャベツ ブロッコリー	たまねぎ グリーンピース もやし ふくじんづけ	米 じゃがいも 米ぬか油 カレールウ
30 (金)	【八十八夜献立】 山菜天ぷらうどん 牛乳 じゃこあえ 八女茶ムース	803 31.8	牛乳 油あげ ちくわのいそべあげ	とりにく しらすぼし	たまねぎ にんじん ねぎ もやし	わらび しめじ ごまつな はくさい	うどん 米ぬか油 ムース

- ★太字は、津山産の食材を使用する予定です。この他、きゅうりは津山産を優先して使用する予定です。
- ★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。
- ★都合により、献立および食材を変更する場合があります。



津山市食育推進キャラクター「しよくだん」

草加部学校食育センターの給食について

【受配校】小学校14校 中学校4校 合計18校 【食数】約4200食
 【調理委託業者】(株)東洋食品 【給食配送委託業者】岡山県貨物運送(株)

【調理内容】学校給食の主食(ごはん)と副食(おかず)

