



令和4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	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		からだちようし 体の調子を整える		エネルギーのものになる	
12(火)	ごはん 牛乳 さわらの桜焼き たくあんあえ みそ汁	717 34.1	牛乳 とうふ みそ	さわら 油あげ	ほうれんそう キャベツ もやし たまねぎ にんじん	たくあん はくさい さくらのほ	米 でんぶん	さとう じゃがいも
13(水)	ポークカレーライス 牛乳 コールスローサラダ	761 23.3	牛乳	ぶたにく	にんにく にんじん キャベツ	たまねぎ グリーンピース きゅうり だいこん	米 じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	米ぬか油 カレールウ
14(木)	【津山・岡山食べようday】 わかめごはん 牛乳 鶏肉と厚揚げの煮物 甘酢あえ	718 25.5	牛乳 あつあげ わかめ	とりにく ちくわ	にんじん しめじ キャベツ もやし	たまねぎ さやいんげん こまつな しょうが	米 じゃがいも さとう	米ぬか油 こんにやく
15(金)	塩ラーメン 牛乳 パンサンスー	719 33.4	牛乳 ぶたにく	なると ハム	しょうが たけのこ にんじん もやし	たまねぎ コーン チンゲンサイ きゅうり	ちゅうかめん はるさめ ごま油	米ぬか油 さとう
18(月)	セルフホキフライサンド ウスターソース 牛乳 具だくさんスープ	743 26.6	牛乳 ウインナー	ホキフライ	キャベツ きゅうり はくさい ブロッコリー	にんじん たまねぎ エリンギ	コッペパン じゃがいも	米ぬか油
19(火)	ごはん 牛乳 ホイコーロー 中華あえ	708 28.3	牛乳 あつあげ かまぼこ	ぶたにく みそ	たまねぎ しょうが キャベツ エリンギ	きりぼしだいこん にんにく きゅうり たけのこ にんじん	米 さとう	米ぬか油 ごま油
20(水)	【日本よいとご味めぐり献立～石川県～】 ごはん のり佃煮 牛乳 治部煮 友禅あえ	733 28.7	牛乳 かまぼこ のりつくだに	とりにく	にんじん しいたけ だいこん	たけのこ きぬさや こまつな	米 さといも こんにやく でんぶん	米ぬか油 なまふ さとう
21(木)	【入学・進級祝い献立】 華やか三色そばろ丼 牛乳 春のすまし汁 お祝いゼリー	733 30.7	牛乳 はんぺん	とりにく わかめ	しょうが コーン えだまめ たけのこ	たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ	米 さとう ゼリー	米ぬか油 でんぶん
22(金)	山菜うどん 牛乳 おかかあえ さくらもち	756 32.0	牛乳 油あげ かつおけずり	とりにく	たまねぎ にんじん ねぎ もやし	わらび しめじ キャベツ きゅうり	うどん さくらもち	米ぬか油
25(月)	コッペパン 牛乳 コロッケ ツナサラダ ジュリエンスープ	783 27.3	牛乳 ツナ	コロッケ ハム	キャベツ だいこん エリンギ	にんじん たまねぎ チンゲンサイ	コッペパン	米ぬか油
26(火)	麻婆丼 牛乳 糸寒天のあえ物	715 26.1	牛乳 みそ いとかんてん	ぶたにく とうふ	しょうが たまねぎ たけのこ キャベツ	にんにく にんじん チンゲンサイ だいこん きゅうり	米 でんぶん さとう	米ぬか油 ごま油
27(水)	【八十八夜献立】 ごはん 牛乳 春山の卵とじ ひたし 八女茶ムース	785 31.4	牛乳 こうやどうふ かまぼこ	とりにく たまご	たけのこ にんじん きぬさや もやし	たまねぎ わらび ほうれんそう キャベツ	米 じゃがいも ムース	米ぬか油 さとう
28(木)	ごはん 牛乳 あじの木の芽みそがけ 赤じそあえ 田舎汁	701 30.1	牛乳 みそ きのめみそ	あじ ちくわ	はくさい にんじん たまねぎ ごぼう	もやし こまつな だいこん ねぎ	米 米ぬか油 さといも	でんぶん さとう

★太字は、津山産の食材を使用する予定です。

★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、献立及び食材を変更する場合があります。

今年度の給食について

●昨年度に引き続き、『日本よいとご味めぐり献立』を実施します。給食を通して様々な食文化や特産品等を知り、興味を持ってもらいたいと思っています。4月は「石川県」の献立です！

●今年度より月に一回『津山・岡山食べようday』を行います。津山産や岡山産の食材をたくさん食べましょう。献立表でも紹介します！



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】東洋食品(株)

【食数】約4,100食
【調理内容】学校給食の副食(おかず)
【給食配送委託業者】岡山県貨物運送(株)



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！