

令和6年4月

学校給食献立表

中学校

高石市学校教育委員会

4月9日	火	4月10日	水	4月11日	木	4月12日	金	4月15日	月	4月16日	火	4月17日	水	4月18日	木	4月19日	金	4月22日	月	4月23日	火	4月24日	水		
ごはん● 牛乳 ハヤシライス ごぼうの炒め物●	こっぺパン 牛乳 ミンチカツ ミネストローネ	ごはん 牛乳 チャブチェ 韓国風卵スープ	ごはん 牛乳 アソドミルク 鯛の生姜煮 のっぺい汁	ごはん 牛乳 中華そば とりにく しょうが みりん さつまいも 玉ねぎ アスパラガス ★だけのこ 土しょうが にんにく トウバンジャン 中華スープ みそ 濃厚しょうゆ ごま油 片栗粉 にら 三温糖	ごはん 牛乳 アソドミルク 鯛の生姜煮 のっぺい汁	黒糖こっぺパン 牛乳 五目ラーメン 焼き餃子	菜めし 牛乳 春野菜の炊き合わせ 泉州玉ねぎのみそ汁	こっぺパン 牛乳 豚肉のソース炒め コンソメスープ	ごはん 牛乳 カレーライス もやしのナムル	ごはん 牛乳 ホキのサクサク揚げ 沢庵焼 ぶりかけ	ごはん 牛乳 ミンチカツ スパゲティミラネーズ ピリ辛チキン	炊き込みご飯 シヨア(プレーン) 豚肉と大根のさっぱり煮 みそ汁	こっぺパン 牛乳 デミハンバーグ 豆腐スープ	ごはん 牛乳 チャブチェ 韓国風卵スープ	ごはん 牛乳 アソドミルク 鯛の生姜煮 のっぺい汁	黒糖こっぺパン 牛乳 五目ラーメン 焼き餃子	菜めし 牛乳 春野菜の炊き合わせ 泉州玉ねぎのみそ汁	こっぺパン 牛乳 豚肉のソース炒め コンソメスープ	ごはん 牛乳 カレーライス もやしのナムル	ごはん 牛乳 ホキのサクサク揚げ 沢庵焼 ぶりかけ	ごはん 牛乳 ミンチカツ スパゲティミラネーズ ピリ辛チキン	炊き込みご飯 シヨア(プレーン) 豚肉と大根のさっぱり煮 みそ汁	こっぺパン 牛乳 デミハンバーグ 豆腐スープ	ごはん 牛乳 チャブチェ 韓国風卵スープ	ごはん 牛乳 アソドミルク 鯛の生姜煮 のっぺい汁
食品名 ごはん 押麦 牛乳 豚肉 玉ねぎ にんにく にんじん じゃがいも トマトピューレ ハヤシフレック デミグラスソース チキンフイヨン 赤ワイン サラダ油 ささがきごぼう ベーコン にんじん ホールコーン いりすりごま 濃厚しょうゆ ごま油	食品名 こっぺパン 牛乳 ミンチカツ なたね油 ベーコン にんにく にんじん じゃがいも トマトピューレ デミグラスソース チキンフイヨン 赤ワイン サラダ油 ささがきごぼう ベーコン にんじん ホールコーン いりすりごま 濃厚しょうゆ ごま油	食品名 ごはん 牛乳 豚肉 酒 糸こんにゃく 玉ねぎ しめじ にんじん 赤ハブリカ にら にんにく 中華スープ 濃厚しょうゆ 三温糖 ごま油 いりごま 白玉 たまご 玉ねぎ にんじん ★だけのこ にら 濃厚しょうゆ 中華スープ ごま油 片栗粉	食品名 ごはん 牛乳 アソドミルク さば 土しょうが 濃厚しょうゆ 三温糖 酒 みりん とりにく さつまいも 玉ねぎ アスパラガス ★だけのこ にら 濃厚しょうゆ 中華スープ ごま油 片栗粉	食品名 ごはん 牛乳 中華そば とりにく しょうが みりん さつまいも 玉ねぎ キャベツ にんじん もやし 青ねぎ ★だけのこ ぶき 三温糖 濃厚しょうゆ にんじん だしパック みりん 酒 片栗粉	食品名 ごはん 牛乳 アソドミルク 鯛の生姜煮 のっぺい汁	食品名 黒糖こっぺパン 牛乳 五目ラーメン 焼き餃子	食品名 菜めし 牛乳 春野菜の炊き合わせ 泉州玉ねぎのみそ汁	食品名 こっぺパン 牛乳 豚肉 玉ねぎ 赤ワイン ウスターソース 濃厚ソース サラダ油 三温糖 キャベツ ベーコン じゃがいも 玉ねぎ にんじん チキンフイヨン 濃厚しょうゆ ウスターソース	食品名 ごはん 牛乳 豚肉 じゃがいも 玉ねぎ にんじん りんごピューレ にんにく カレー粉 トマトケチャップ 小麦粉 バター チキンフイヨン 濃厚しょうゆ ウスターソース	食品名 ごはん 牛乳 豚肉 じゃがいも 玉ねぎ にんじん りんごピューレ にんにく カレー粉 トマトケチャップ 小麦粉 バター チキンフイヨン 濃厚しょうゆ ウスターソース	食品名 ごはん 牛乳 ホキのサクサク揚げ 沢庵焼 ぶりかけ	食品名 炊き込みご飯 シヨア(プレーン) 豚肉と大根のさっぱり煮 みそ汁	食品名 こっぺパン 牛乳 デミハンバーグ 豆腐スープ	食品名 ごはん 牛乳 チャブチェ 韓国風卵スープ	食品名 黒糖こっぺパン 牛乳 五目ラーメン 焼き餃子	食品名 菜めし 牛乳 春野菜の炊き合わせ 泉州玉ねぎのみそ汁	食品名 こっぺパン 牛乳 豚肉 玉ねぎ 赤ワイン ウスターソース 濃厚ソース サラダ油 三温糖 キャベツ ベーコン じゃがいも 玉ねぎ にんじん チキンフイヨン 濃厚しょうゆ ウスターソース	食品名 ごはん 牛乳 ホキのサクサク揚げ 沢庵焼 ぶりかけ	食品名 ごはん 牛乳 ミンチカツ スパゲティミラネーズ ピリ辛チキン	食品名 炊き込みご飯 シヨア(プレーン) 豚肉と大根のさっぱり煮 みそ汁	食品名 こっぺパン 牛乳 デミハンバーグ 豆腐スープ	食品名 ごはん 牛乳 チャブチェ 韓国風卵スープ	食品名 ごはん 牛乳 アソドミルク 鯛の生姜煮 のっぺい汁		
●の付いた献立は、かみかみ献立です。								※ 悪天候や交通事情等により、やむを得ず献立を変更させていただく場合もあります。																	

赤 - 血や肉や骨のもとになるもの
黄 - 力や熱のもとになるもの
緑 - 体の調子をととのえるもの

平均エネルギー量：746kcal

<4月の給食で使用する加工食品の原材料をお知らせします>

食品名	原材料(アレルゲン27品目等)
パン	小麦・脱脂粉乳
ベーコン	豚肉
ミンチカツ	豚肉・鶏肉・大豆・小麦
ハンバーグ	豚肉・鶏肉・小麦
餃子	豚肉・大豆・ごま油・小麦
鶏のスープ漬け	鶏肉
みそ・うす揚げ・豆腐 豆乳・コチジャン	大豆
テンメンジャン	大豆・ごま油・醤油小麦
ジョア・アソドミルク バター・粉チーズ	乳
ハヤシフレック	小麦・大豆
デミグラスソース	小麦・大豆・鶏肉・豚肉
フイヨン	鶏肉・豚肉
ぶりかけ(のり)	ごま・小麦
味付けのり	醤油大豆・醤油小麦・魚醤(いわし)・魚エキス(かつお)
中華スープ	大豆・鶏肉・豚肉・ごま油・魚醤
ホキ天玉揚げ	魚(ホキ)・小麦・大豆
平天	魚(いとより)
中華そば・スパゲティ	小麦

地産地消

「地産地消」とは、地域で生産された食材をその地域で消費するという意味です。高石市の学校給食でも地域を広く「大阪府内」ととらえ、大阪産の野菜を取り入れる地産地消の取組みを進めています。

♣は「泉州産」です。
★は「大阪産」です。
今月は「泉州たまねぎ」「たけのこ」です。

「学校給食」は「生きた教材」です!

学校給食は、「学校給食法」に基づき実施されるもので、栄養バランスのとれた食事を提供することにより、成長期にある子どもたちの健康の保持・増進を図るとともに、望ましい食習慣と食に関する実践力を身に付けさせることなどを目的としています。単なる食事ではなく、教育の一環に位置付けられ、以下の7つの目標を達成することを目指しています。

学校給食の目標 (「学校給食法」第2条より)

- 1 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
- 2 日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。
- 3 学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。
- 4 食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。
- 5 食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。
- 6 我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。
- 7 食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。