

令和8年4月分 中学校給食予定献立表

毎月19日は「食育の日」 ☆みんなですすめる『食育の"わ"』

○行事等により、給食を提供しない日もあります。
学校からの案内をご確認ください。

学校給食 の目標

※「学校給食法」第2条より
抜粋・要約

1 適切な栄養の摂取
による健康の保持増進。

2 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営む判断力や望ましい食習慣を養う。

3 明るい社会性と協同の精神を養う。

4 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。

5 食生活が多くの人々の勤労に支えられていることを理解し、感謝する。

6 伝統的な食文化を理解する。

7 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。

入学・進級 おめでとーございませう！
学校給食でみなさんの学校生活をおうえんします！

桜井市立学校給食センター
キャラクター
もぐちゃん


10日(金)

コッペパン	5群
牛乳	2群
ハンバーグのケチャップソース	
ハンバーグ	1群
トマトケチャップ	
三温糖	5群
ウスターソース	
ポテトサラダ	
じゃがいも	5群
たまねぎ	4群
にんじん	3群
きゅうり	4群
こしょう	
ノンエッグマヨネーズ(調理用)	6群
食塩	
ABCスープ	
ベーコン	1群
にんじん	3群
たまねぎ	4群
キャベツ	4群
むき枝豆	4群
ABCマカロニ	5群
こしょう	
うすくちしょうゆ	
食塩	
スープストック	
乾燥パセリ	3群

給食開始日

13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)
<p>白ごはん 5群</p> <p>牛乳 2群</p> <p>ポークカレー</p> <p>豚肉 1群</p> <p>じゃがいも 5群</p> <p>たまねぎ 4群</p> <p>にんじん 3群</p> <p>おろしにんにく 4群</p> <p>しょうが 4群</p> <p>ソテードオニオン 4群</p> <p>白いんげんペースト 5群</p> <p>ローリエ</p> <p>トマトケチャップ</p> <p>スープストック</p> <p>カレールウ1</p> <p>カレールウ2</p> <p>チキンサラダ</p> <p>チキンフレーク水煮 1群</p> <p>キャベツ 4群</p> <p>にんじん 3群</p> <p>ノンエッグマヨネーズ(調理用) 6群</p>	<p>白ごはん 5群</p> <p>牛乳 2群</p> <p>豚肉のしょうが焼き</p> <p>豚肉 1群</p> <p>たまねぎ 4群</p> <p>にんじん 3群</p> <p>しょうが 4群</p> <p>料理酒</p> <p>三温糖 5群</p> <p>こいくちしょうゆ</p> <p>じゃがいものみぞ汁</p> <p>じゃがいも 5群</p> <p>にんじん 3群</p> <p>うす揚げ 1群</p> <p>青ねぎ 3群</p> <p>冷凍豆腐 1群</p> <p>みそ 1群</p> <p>白みそ 1群</p> <p>削り節パック</p>	<p>コッペパン 5群</p> <p>牛乳 2群</p> <p>ミートスパゲティ</p> <p>スパゲティ 5群</p> <p>豚ひき肉 1群</p> <p>おろしにんにく 4群</p> <p>オリーブ油 6群</p> <p>たまねぎ 4群</p> <p>ソテードオニオン 4群</p> <p>にんじん 3群</p> <p>マッシュルーム水煮 4群</p> <p>トマト水煮 3群</p> <p>三温糖 5群</p> <p>赤ワイン</p> <p>トマトケチャップ</p> <p>ウスターソース</p> <p>スープストック</p> <p>チキンナゲット</p> <p>チキンナゲット 1群</p> <p>揚げ油 6群</p> <p>カラフルサラダ</p> <p>ブロッコリー 3群</p> <p>赤パプリカ 3群</p> <p>イタリアンドレッシング 6群</p>	<p>白ごはん 5群</p> <p>牛乳 2群</p> <p>肉しゅうまい</p> <p>肉しゅうまい 1群</p> <p>マーボー豆腐</p> <p>冷凍豆腐 1群</p> <p>豚ひき肉 1群</p> <p>たまねぎ 4群</p> <p>にんじん 3群</p> <p>干しいたけ 4群</p> <p>おろしにんにく 4群</p> <p>しょうが 4群</p> <p>青ねぎ 3群</p> <p>大豆水煮(ひきわり) 1群</p> <p>みそ 1群</p> <p>八丁みそ 1群</p> <p>トウバンジャン</p> <p>コチジャン</p> <p>中華スープの素</p> <p>こいくちしょうゆ</p> <p>料理酒</p> <p>でんぷん 5群</p> <p>三温糖 5群</p> <p>ごま油 6群</p>	<p>コッペパン 5群</p> <p>牛乳 2群</p> <p>ウインナーのケチャップソース</p> <p>ロングウインナー 1群</p> <p>トマトケチャップ</p> <p>ウスターソース</p> <p>三温糖 5群</p> <p>サワーキャベツ</p> <p>キャベツ 4群</p> <p>にんじん 3群</p> <p>三温糖 5群</p> <p>食塩</p> <p>米酢</p> <p>うすくちしょうゆ</p> <p>粒マスタード</p> <p>豆乳コーンポタージュ</p> <p>鶏ひき肉 1群</p> <p>ホールコーン 4群</p> <p>クリームコーン 4群</p> <p>にんじん 3群</p> <p>たまねぎ 4群</p> <p>むき枝豆 4群</p> <p>白いんげんペースト 5群</p> <p>マーガリン 6群</p> <p>小麦粉 5群</p> <p>無調整豆乳 1群</p> <p>スープストック</p> <p>こしょう</p> <p>食塩</p>
<p>白ごはん 5群</p> <p>牛乳 2群</p> <p>アジの塩焼き</p> <p>アジの塩焼き 1群</p> <p>きんぴらごぼう</p> <p>豚肉 1群</p> <p>ごぼう 4群</p> <p>にんじん 3群</p> <p>白いりごま 6群</p> <p>三温糖 5群</p> <p>こいくちしょうゆ</p> <p>本みりん</p> <p>ごま油 6群</p> <p>ちくわ 1群</p> <p>豆乳汁</p> <p>鶏肉 1群</p> <p>料理酒</p> <p>しょうが 4群</p> <p>しめじ 4群</p> <p>にんじん 3群</p> <p>青ねぎ 3群</p> <p>冷凍豆腐 1群</p> <p>無調整豆乳 1群</p> <p>みそ 1群</p> <p>削り節パック</p>	<p>白ごはん 5群</p> <p>牛乳 2群</p> <p>中華丼の具</p> <p>豚肉 1群</p> <p>おろしにんにく 4群</p> <p>しょうが 4群</p> <p>たけのこの水煮 4群</p> <p>にんじん 3群</p> <p>たまねぎ 4群</p> <p>白菜 4群</p> <p>チンゲンサイ 3群</p> <p>緑豆もやし 4群</p> <p>干しいたけ 4群</p> <p>炒め油 6群</p> <p>でんぷん 5群</p> <p>うすくちしょうゆ</p> <p>中華スープの素</p> <p>揚げぎょうざ</p> <p>ぎょうざ 1群</p> <p>揚げ油 6群</p> <p>はちみつヨーグルト</p> <p>はちみつヨーグルト 2群</p>	<p>食パン 5群</p> <p>牛乳 2群</p> <p>ピザサンドの具</p> <p>ウインナー 1群</p> <p>たまねぎ 4群</p> <p>にんじん 3群</p> <p>マッシュルーム水煮 4群</p> <p>オリーブ油 6群</p> <p>トマトケチャップ</p> <p>こしょう</p> <p>スライスチーズ(個袋) 2群</p> <p>オニオンスープ</p> <p>たまねぎ 4群</p> <p>ソテードオニオン 4群</p> <p>ベーコン 1群</p> <p>エリンギ 4群</p> <p>にんじん 3群</p> <p>シェルマカロニ 5群</p> <p>乾燥パセリ 3群</p> <p>スープストック</p> <p>こしょう</p> <p>うすくちしょうゆ</p> <p>オリーブ油 6群</p>	<p>わかめごはん 5群</p> <p>白ごはん 2群</p> <p>わかめごはんの素 2群</p> <p>牛乳 2群</p> <p>きざみうどん</p> <p>うどん麺 5群</p> <p>鶏肉 1群</p> <p>かまぼこ 1群</p> <p>だいこん 4群</p> <p>にんじん 3群</p> <p>しめじ 4群</p> <p>こんにゃく(短冊) 5群</p> <p>青ねぎ 3群</p> <p>うすくちしょうゆ</p> <p>こいくちしょうゆ</p> <p>本みりん</p> <p>削り節パック</p> <p>液体かつおだし</p> <p>かきあげ</p> <p>かきあげ 5群</p> <p>揚げ油 6群</p> <p>切干大根の煮物</p> <p>切干大根 4群</p> <p>うす揚げ 1群</p> <p>にんじん 3群</p> <p>三温糖 5群</p> <p>こいくちしょうゆ</p> <p>本みりん</p> <p>液体昆布だし</p>	<p>アップルパン 5群</p> <p>規格パン 5群</p> <p>ドライアップル 4群</p> <p>牛乳 2群</p> <p>ポテトカツラタン</p> <p>ポテトカツラタン(野菜) 5群</p> <p>ナチュラルチーズ 2群</p> <p>アスパラとチキンのサラダ</p> <p>アスパラガス 4群</p> <p>たまねぎ 4群</p> <p>にんじん 3群</p> <p>チキンフレーク水煮 1群</p> <p>ノンエッグマヨネーズ(調理用) 6群</p> <p>ジュリエンスープ</p> <p>ベーコン 1群</p> <p>にんじん 3群</p> <p>たまねぎ 4群</p> <p>チンゲンサイ 3群</p> <p>えのきたけ 4群</p> <p>乾燥パセリ 3群</p> <p>スープストック</p> <p>こしょう</p> <p>うすくちしょうゆ</p>

【カミカミ】のマークがある献立は、かみごたえのあるおかずです。しっかりかんで食べましょう。

27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	平均栄養摂取量
白ごはん 5群 牛乳 2群 さばのみそ煮 1群 うのはな 1群 乾燥おから 1群 鶏ひき肉 1群 青ねぎ 3群 こんにやく(刻み) 15群 にんじん 3群 こいくちしょうゆ 3群 三温糖 15群 液体昆布だし 15群 三輪にゅうめん 15群 三輪そうめん 1群 かまぼこ(桜) 1群 うす揚げ 4群 たまねぎ 3群 にんじん 3群 青ねぎ 3群 干しいたけ 4群 うすくちしょうゆ 4群 本みりん 4群 削り節パック 4群	白ごはん 5群 牛乳 2群 からあげ 1群 しょうが 5群 しょうが 1群 でんぷん 4群 揚げ油 5群 ほうれんそうのごまあえ 3群 ほうれんそう 3群 キャベツ 4群 にんじん 3群 えのきたけ 4群 三温糖 5群 こいくちしょうゆ 5群 白すりごま 6群 豚汁 1群 豚肉 1群 ミニ絹揚げ 1群 たまねぎ 4群 こんにやく(短冊) 5群 にんじん 3群 だいこん 4群 ごぼう 4群 青ねぎ 3群 みそ 1群 削り節パック 1群	<h1>昭和の日</h1> 	素ごはん 5群 白ごはん 5群 大麦 2群 ジョア 1群 ガバオライス 1群 豚ひき肉 1群 大豆水煮(ひきわり) 4群 おろしにんにく 4群 たまねぎ 3群 赤パプリカ 3群 ビーマン 3群 こいくちしょうゆ 5群 本みりん 5群 食塩 5群 三温糖 5群 トウバンジャン 1群 ナンプレー 4群 ウスターソース 4群 目玉焼き 1群 もずくスープ 2群 もずく 3群 にんじん 1群 冷凍豆腐 4群 たまねぎ 3群 チンゲンサイ 4群 えのきたけ 4群 うすくちしょうゆ 4群 中華スープの素 4群 料理酒 4群	栄養価 中学校 エネルギー 803kcal たんぱく質 32.5g 脂質 摂取エネルギーの29.8% 6つの基礎食品群 1群 たんぱく質 (骨や筋肉、血液などを作ります) 2群 カルシウム (丈夫な骨をつくります) 3群 ビタミンA (体の調子をととのえ、皮膚や粘膜を健康に保ちます) 4群 ビタミンC (体の調子をととのえ、体の抵抗力を高めます) 5群 炭水化物 (エネルギー源になります) 6群 脂肪 (エネルギー源になります)

給食ができるまで



保護者の方へ 学校給食に関するお知らせ

桜井市の学校給食について

桜井市立学校給食センターでは、小学校11校、中学校4校の給食(約4000食)を調理し、配送しています。

主食

業者に委託しています。
月・火・木 ごはん
水・金 パン
奈良県産の米・小麦粉を使用しています。

牛乳

200mLの紙パックの牛乳です。
ストローレスパックになりました。

副食

味・見た目・価格・安全性を考慮し、使用する物資を入札にて決定します。

栄養管理と献立作成について

文部科学省が示す「学校給食摂取基準」に基づき、給食センターの栄養士が献立を作成しています。「学校給食摂取基準」では、1日に必要な栄養量の3分の1程度を目安に、カルシウムは2分の1など、家庭で不足しがちな栄養素を補えるように基準値が定められています。「主食・牛乳・主菜・副菜・汁物」の組み合わせを基本に、さまざまな食品や調理法を取り入れ、行事食、郷土料理など、バラエティーに富んだ献立を実施します。

主食の増減量について

献立の栄養価や食品のバランスによって、主食の量を調整します。

白ごはん	通常	減量	増量
小学校1~3年生	70g	60g	80g
小学校4~6年生	90g	80g	100g
中学校	100g	90g	110g

規格パン	コッペパン	食パン	米粉パン
小学校	60g	60g(1枚)	50g
中学校	80g	100g(2枚)	70g

給食費について

令和8年度は、国及び市が負担し、小学校・中学校ともに無償化となります。高騰による不足分を、市が補填します。施設・設備・運営に関する経費は設置者である桜井市が負担しています。

	一人あたりの給食食材費	負担額		
		保護者	国交付金	市
小学校(月額)	5,562円【1食 338円】	0円	5,200円	362円
中学校(月額)	5,941円【1食 363円】	0円	4,700円	1,241円

食物アレルギーについて

給食でのアレルギー対応には、生活管理指導票(医師が記入)の提出と給食センターでの面談が必要です。新たにアレルギーが判明した場合や、アレルギー対応が不要になった場合は、学校までご連絡ください。



○献立や材料は、都合により変更することがありますのでご了承ください。
○食材の産地については、桜井市のホームページをご覧ください。