

学校給食献立表(北部学校給食センターB) 令和4年度4月分(4/12~4/28) 姫路市教育委員会

		4月12日(火)	4月13日(水)	4月14日(木)	4月15日(金)	4月18日(月)
献立	ご飯 牛乳 たまねぎのみそ汁 鶏肉の甘辛揚げ キャベツとハムのソテー	一入学・進級おめでとう献立 パン 牛乳 コンソメスープ ハンバーグのソース焼き ポテトサラダ 豆乳パンナコッタ		ご飯 牛乳 はるさめスープ 揚げシューマイ スタミナ焼肉	パン 牛乳 コーンスープ エスニックチキン グリーンサラダ	いりご菜めし 牛乳 豆腐汁 豚肉のかわり揚げ ほうれんそうのお浸し
	献立	ご飯 牛乳 豆腐 油揚げ わかめ たまねぎ にんじん 菜ねぎ みそ 煮干し(だし)	パン 牛乳 チキンハム たまねぎ キャベツ エリンギ にんじん セロリー チキンスープ 塩 ごしょう サラダ油	ご飯 牛乳 豚肉 はるさめ しいたけ チンゲンサイ にんじん えのきたけ チキンスープ うすくちしょうゆ 塩 ごしょう ごま油 でんぷん	パン 牛乳 コーンクリーム とうもろこし ベーコン たまねぎ じゃがいも にんじん パセリ バター 牛乳 米粉 チキンスープ 塩 ごしょう	ご飯 ごま ちりめんじゃこ ひろしまな 牛乳 豆腐 油揚げ わかめ しいたけ にんじん たまねぎ 菜ねぎ
材料	鶏肉 塩 ごしょう でんぷん 油 こいくちしょうゆ 砂糖 みりん	鶏豚ハンバーグ トマトケチャップ とんかつソース ウスターソース 砂糖 みりん でんぷん	ポークシューマイ 油 牛肉 にんにく しょうが トウバンジャン ごま油 たまねぎ ピーマン 塩 ごしょう 清酒 砂糖 こいくちしょうゆ みそ でんぷん	鶏肉 サラダ油 にんにく ナンプラー 砂糖 塩 黒ごしょう カレー粉	鶏肉 サラダ油 にんにく 油 みそ みりん 砂糖 うすくちしょうゆ ごま油	豚肉 こいくちしょうゆ にんにく でんぷん 油 みそ みりん 砂糖 うすくちしょうゆ ごま油
	材料	ポークハム キャベツ 塩 にんじん 米酢 砂糖 サラダ油 ごしょう	じゃがいも 塩 にんじん きゅうり とうもろこし サラダドレッシング ごしょう 豆乳パンナコッタ	ごしょう ごま油 たまねぎ ピーマン 塩 ごしょう 清酒 砂糖 こいくちしょうゆ みそ でんぷん	まぐろ油漬け キャベツ 塩 グリーンアスパラガス 米酢 砂糖 サラダ油 ごしょう	はくさい ほうれんそう 塩 かまぼこ うすくちしょうゆ
		4月19日(火)	4月20日(水)	4月21日(木)	4月22日(金)	4月25日(月)
献立	一食育の日 ご飯 牛乳 姫路おでん あじの照り焼き 和風サラダ	パン 牛乳 イタリアンスパゲティ 鶏肉のバジル揚げ コーンキャベツ	ご飯 牛乳 キムチスープ 揚げギョウザ チャブチエ	ご飯 牛乳 うしお汁 豚肉のしょうが焼き ひじきの油炒め	ご飯 牛乳 肉じゃが とびうおフライ もやしの炒めサラダ	
	献立	ご飯 牛乳 だいごん こんにゃく にんじん ちくわ じゃがいも がんもどき 砂糖 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん しょうが 削り節(だし)	パン 牛乳 スパゲティ 塩 サラダ油 豚肉 たまねぎ にんじん エリンギ ピーマン トマトケチャップ とんかつソース ウスターソース ごしょう	ご飯 牛乳 厚揚げ にんじん たまねぎ ごま油 にら えのきたけ はくさいキムチ チキンスープ うすくちしょうゆ 塩 ごしょう	ご飯 牛乳 はもボール 豆腐 わかめ にんじん しめじ 菜ねぎ 塩 うすくちしょうゆ 削り節(だし) 昆布(だし)	ご飯 牛乳 豚肉 じゃがいも たまねぎ にんじん グリーンピース こんにゃく しょうが サラダ油 砂糖 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん
材料	あじ 清酒 塩 こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ 砂糖 みりん でんぷん	鶏肉 ワイン風調味料 バジルピューレ オリーブ油 塩 ごしょう 黒ごしょう でんぷん 油	ギョウザ 油 牛肉 しょうが にんにく うすくちしょうゆ はるさめ にんじん 菜ねぎ たけのこ しいたけ サラダ油 ごま こいくちしょうゆ 砂糖 塩 ごしょう ごま油	豚肉 塩 しょうが 清酒 たまねぎ こいくちしょうゆ 砂糖 サラダ油 でんぷん	とびうおフライ 油 もやし ほうれんそう 塩 にんじん チキンハム うすくちしょうゆ 米酢 砂糖 サラダ油	
	材料	チキンハム にんじん もやし 塩 ごま サラダドレッシング うすくちしょうゆ ごしょう	キャベツ にんじん とうもろこし ベーコン チキンスープ 塩 ごしょう	ひじき にんじん 油揚げ 鶏肉 えだまめ サラダ油 砂糖 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ		

○赤の食品…体をつくるもの(たんぱくしつ・むきしつ) □黄の食品…ねつや力のもとになるもの(たんすいかぶつ・しほう) △緑の食品…体の調子をととのえるもの(ビタミン)

特定原材料表示

卵



乳製品



小麦



そば



落花生



えび



かに



(ビーナッツ)

		4月26日(火)	4月27日(水)	4月28日(木)	4月平均 栄養量 (中学校)	
献立		ご飯 牛乳 <b>スーミータン</b> 肉だんごのしくれ煮 アスパラガスのソテー	黒砂糖パン 牛乳 鶏肉のフォー さわらのバーベキューソースかけ ごぼうサラダ	ビーフカレーライス 牛乳 ウインナーの磯辺揚げ 野菜炒め	エネルギー 766kcal	
	献立	<input type="checkbox"/> ご飯	<input type="checkbox"/> パン	<input type="checkbox"/> ご飯	たんぱく質 31.0g	脂質 29.6%
<input type="radio"/> 牛乳		<input type="checkbox"/> 黒砂糖	<input type="radio"/> 牛肉			
献立	<input type="radio"/> 鶏卵	<input type="radio"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> カレー粉	カルシウム 345mg	鉄 2.8mg	
	<input type="radio"/> さざみ油漬け	<input type="radio"/> 鶏肉	<input type="checkbox"/> じゃがいも			
献立	<input type="radio"/> コーンクリーム	<input type="checkbox"/> フォー	<input type="checkbox"/> たまねぎ	カルシウム 345mg	鉄 2.8mg	
	<input type="radio"/> とうもろこし	<input type="checkbox"/> たまねぎ	<input type="checkbox"/> だいこん			
献立	<input type="radio"/> たまねぎ	<input type="checkbox"/> セロリー	<input type="checkbox"/> グリンピース	カルシウム 345mg	鉄 2.8mg	
	<input type="radio"/> チンゲンサイ	<input type="checkbox"/> レモン果汁	<input type="checkbox"/> しょうが			
献立	<input type="radio"/> チキンスープ	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> にんにく	カルシウム 345mg	鉄 2.8mg	
	<input type="radio"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> ナンプラー	<input type="checkbox"/> サラダ油			
献立	<input type="checkbox"/> 清酒	<input type="checkbox"/> 砂糖	<input type="checkbox"/> 米粉	カルシウム 345mg	鉄 2.8mg	
	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> ガラムマサラ			
献立	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> チキンスープ	<input type="checkbox"/> パプリカパウダー	カルシウム 345mg	鉄 2.8mg	
	<input type="checkbox"/> でんぷん	<input type="radio"/> さわら	<input type="checkbox"/> チキンスープ			
献立	<input type="checkbox"/> 鶏つくね	<input type="radio"/> ワイン風味調味料	<input type="checkbox"/> とんかつソース	カルシウム 345mg	鉄 2.8mg	
	<input type="checkbox"/> でんぷん	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> トマトケチャップ			
献立	<input type="checkbox"/> 油	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ	カルシウム 345mg	鉄 2.8mg	
	<input type="checkbox"/> たまねぎ	<input type="checkbox"/> 根深ねぎ	<input type="checkbox"/> しょうが			
献立	<input type="checkbox"/> ビーマン	<input type="checkbox"/> しょうが	<input type="checkbox"/> にんにく	カルシウム 345mg	鉄 2.8mg	
	<input type="checkbox"/> パプリカ	<input type="checkbox"/> にんにく	<input type="checkbox"/> 砂糖			
献立	<input type="checkbox"/> 砂糖	<input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> みりん	カルシウム 345mg	鉄 2.8mg	
	<input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> しょうが	<input type="checkbox"/> でんぷん			
献立	<input type="checkbox"/> しょうが	<input type="checkbox"/> でんぷん	<input type="checkbox"/> 牛乳	カルシウム 345mg	鉄 2.8mg	
	<input type="checkbox"/> キャベツ	<input type="checkbox"/> ごぼう	<input type="checkbox"/> チキンウインナー			
献立	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> 米酢	<input type="checkbox"/> あおさ粉	カルシウム 345mg	鉄 2.8mg	
	<input type="checkbox"/> グリーンアスパラガス	<input type="checkbox"/> ちりめんじゃこ	<input type="checkbox"/> 塩			
献立	<input type="checkbox"/> まぐる油漬け	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/> 天ぷら粉	カルシウム 345mg	鉄 2.8mg	
	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> ごま	<input type="checkbox"/> 油			
献立	<input type="checkbox"/> 黒こしょう	<input type="checkbox"/> サラダドレッシング	<input type="checkbox"/> にんじん	カルシウム 345mg	鉄 2.8mg	
	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> 白みそ	<input type="checkbox"/> にら			
献立	<input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> もやし	カルシウム 345mg	鉄 2.8mg	
			<input type="checkbox"/> 塩			
献立			<input type="checkbox"/> サラダ油	カルシウム 345mg	鉄 2.8mg	
			<input type="checkbox"/> こしょう			
献立			<input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ	カルシウム 345mg	鉄 2.8mg	

ビタミン	A	239μgRAE
	B1	0.49mg
	B2	0.58mg
	C	25mg
	食塩相当量	3.7g
	食物繊維	6.1g
	マグネシウム	104mg
	亜鉛	3.5mg

# ご入学、ご進級

## おめでとうございます。

- ★姫路市北部エリア16中学校の学校給食は、北部学校給食センターで調理し、配送車で学校へ届ける「共同調理場(給食センター)方式」により実施します。
- ★おかず類は給食センターで調理し、学校へ届けます。
- ★ご飯・パン・牛乳は、それぞれ業者から直接学校に届けられます。
- ★ご飯の日は、月・火・木の週3回です。  
パンの日は、水・金の週2回です。  
ただし、行事食や食育の日などはご飯になります。
- ★毎月19日は「食育の日」で、郷土料理などの和食や地場産物を使うなど、食に関する視点をふまえた献立をとり入れます。  
(19日に給食がない月は、その前の給食実施日になります)
- ★子ども達に伝えていきたい伝統的な「行事食」などをとり入れています。
- ★よくかんで食べることの意識づけのために、月1回 のマークをつけ「カミカミ献立」を実施します。
- ★食物アレルギーに対応して除去食を実施しています。除去食対応を行う献立は、献立名を白抜きで表示しています。  
そば・落花生(ピーナッツ)は使用しません。(そばは、同一工場、製造ライン使用による加工食品も使用しません)  
また、卵を原料としたマヨネーズは使用しません。
- ★給食に関するご意見ご感想などありましたら、給食センターへご連絡ください。

北部学校給食センター TEL.079-288-1703  
FAX.079-288-1705

### 特定原材料表示について

使用材料に表示義務のある下記の7品目のアレルギーを含むものを材料名の右にイラストで表示しています。

また、落花生(ピーナッツ)は、同一工場、製造ライン使用による加工食品を使用した場合は で表示しています。

その他の推奨品目については、各学校に配付している『食品のアレルギー表示一覧』で確認できます。加工食品等については、複数のアレルギーを含むものもあります。注意してご覧ください。

卵: 乳製品: 小麦: そば:

落花生: (ピーナッツ) えび: かに:

○赤の食品…体をつくるもの(たんぱく質・むぎしつ) □黄の食品…ねつや力のもとになるもの(たんすいかぶつ・しぼう) △緑の食品…体の調子をととのえるもの(ビタミン)