

令和4年度 4月分献立表 (中学校)

筑紫野市学校給食共同調理場

月	火	水	木	金
<p>食について考えよう！毎月19日は食育の日</p> <p>朝食を食べて3つのスイッチ </p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>頭</p>  <p>脳に栄養が届いて、頭(脳)の働きが活発になり集中力が高まります。</p> <p>ごはん・パン・麺など</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>体</p>  <p>寝ている間に下がった体温が上がり、元気に一日を過ごすための体の準備が整います。</p> <p>肉・魚・卵・大豆製品など</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>お腹</p>  <p>胃や腸が活発に働きだします。胃や腸が働くと便がしっかりと出て心も体もすっきりします。</p> <p>野菜・きのこ・果物など</p> </div> </div>			7	8
			<p>ハヤシライス(麦ご飯) フライドポテト コールスロー</p>	<p>入学式</p> 
11	12	13	14	15
<p>麦ご飯 さつまいも汁 さばのごまソースかけ ほうれん草の香りしぼり</p> <p>【1年生給食開始】</p>	<p>麦ご飯 厚揚げとじゃが芋のうま煮 マヨいりこ 菜の花のおかか和え</p> <p>【鉄人献立】</p>	<p>胚芽食パン 豆乳チャウダー ウインナー オレンジ</p>	<p>麦ご飯 太平燕 塩から揚げ 高菜の炒め物</p> <p>【郷土料理:熊本県】</p>	<p>鶏そぼろ丼(麦ご飯) じゃがもちのすまし汁 ブロッコリーのごまみそ和え アセロラゼリー</p>
18	19	20	21	22
<p>麦ご飯 みそ汁 豚肉の生姜焼き たけのこの土佐煮</p> <p>【ファイバー献立】</p>	<p>チキンカレー(麦ご飯) 福神漬 フルーツミックス</p>	<p>ワンローフパン オニオンスープ ハンバーグケチャップソース ポテトサラダ</p>	<p>わかめ麦ご飯 きつねうどん (うどん 油揚げ) 野菜炒め 日向夏みかんゼリー</p>	<p>麦ご飯 麻婆豆腐 焼き餃子 海藻サラダ</p>
25	26	27	28	29
<p>麦ご飯 みそ汁 いわしの甘露煮 切干大根の煮つけ</p> <p>【和食の日】</p>	<p>たけのこご飯 (麦ご飯 たけのこご飯の具) つみれ汁 メンチカツ</p>	<p>キャロットパン スパゲッティミートソース キャベツとツナのソテー りんご</p> <p>【地場産献立:キャベツ】</p>	<p>麦ご飯 肉じゃが きびなごカリカリフライ ゆかり和え 一食野菜ふりかけ</p>	<p>昭和の日</p> 

鉄人献立・・・厚揚げには鉄がたくさん含まれています。

郷土料理・・・熊本県の郷土料理です。太平燕(タイピーエン)は春雨を使った具たくさんの麺料理です。高菜の炒め物は阿蘇地方でよく生産されています。

ファイバー献立・・・麦ご飯に使われている押麦には食物繊維がたくさん含まれています。

和食の日・・・和食はご飯を主食として、汁物、主菜、副菜(一汁二菜)を組み合わせたバランスのよい食事です。

地場産献立・・・キャベツは筑紫野市近郊でとれたものを使う予定です。

☆材料入荷の都合などにより、献立を変更することがあります。

☆牛乳は毎日あります。

☆献立表裏面の★印については、各学校に配布した資料「令和4年度学校給食で使用する物資一覧(★印表)」に詳しく記載しています。資料につきましては、各学校にお問い合わせください。

☆裏面のアレルギー表示の※印の表示は、その加工品に※印の食品は含まれていませんが、同じ製造工場で※印の食品を含む加工品が製造されていることを表しています。

☆学年により、主食や副食の量が違うことがあります。

☆食物アレルギーや献立内容などお尋ねになりたいことがありましたら、共同調理場へご連絡ください。TEL923-6466