


令和3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 ON</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>頭</p>  <p>脳を働かせるために必要なブドウ糖を補給し、朝から脳を元気に動かします。</p> <p>お勤めの食材 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を上げて、体全体を目覚めさせます。</p> <p>お勤めの食材 肉・魚・卵・大豆製品など</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>お腹</p>  <p>胃腸を刺激し、便通を良くします。</p> <p>お勤めの食材 野菜・きのこ・果物など</p> </div> </div>			<p>8</p> <p>麦ご飯 じゃが芋のそぼろ煮 きびなごカリカリフライ 菜の花のおかか和え</p>	<p>9</p>  <p>入学式</p>
<p>12</p> <p>麦ご飯 麻婆豆腐 焼き春巻き 中華サラダ</p> <p>【1年生給食開始】</p>	<p>13</p> <p>麦ご飯 いかん汁 チキン南蛮 (一食ノンエッグタルタルソース) 切干大根の煮付け 日向夏ゼリー</p> <p>【郷土料理:宮崎県】</p>	<p>14</p> <p>ぶどう食パン ポテトスープ ししゃもフライ アスパラガスサラダ</p>	<p>15</p> <p>麦ご飯 みそ汁 鶏の和風レモンソース煮 たけのこの土佐煮</p>	<p>16</p> <p>麦ご飯 厚揚げとじゃが芋のうま煮 マヨいりこ 海藻サラダ</p> <p>【鉄人献立】</p>
<p>19</p> <p>わかめ麦ご飯 きつねうどん (うどん 油揚げ) ブロッコリーのごまみそ和え</p>	<p>20</p> <p>チキンカレー(麦ご飯) 福神漬 フルーツミックス</p>	<p>21</p> <p>食パン スパゲッティミートソース ほうれん草のサラダ カトリりんご</p>	<p>22</p> <p>麦ご飯 春雨スープ ホキの大豆がらめ アスパラガスのごま酢和え</p>	<p>23</p> <p>麦ご飯 みそ汁 ハンバーグケチャップソース 春野菜の炒め物</p> <p>【ファイバー献立】</p>
<p>26</p> <p>麦ご飯 つみれ汁 メンチカツ ひじきの煮物</p>	<p>27</p> <p>麦ご飯 みそ汁 鯖のごまソースかけ 小松菜の和え物</p> <p>【和食の日】</p>	<p>28</p> <p>ワンローフパン ポークビーンズ キャベツのソテー カトリりんご 一食ミルクメーカーコーヒー</p> <p>【地場産献立:キャベツ】</p>	<p>29</p>  <p>昭和の日</p>	<p>30</p> <p>たけのご飯 (麦ご飯 たけのご飯の具) じゃがもちのすまし汁 白身魚の磯の香天ぷら</p>

郷土料理・・・宮崎県の料理です。切干大根は古くから宮崎県の特産品として有名な食材で、生産量は全国第一位です。

鉄人献立・・・厚揚げには、鉄がたくさん含まれています。

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、筑紫野市の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3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、同じ製造工場に※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