

令和6年度 4月 給食予定献立表

泉佐野市立中学校給食センター

泉佐野市では、地産地消と食育の推進の一環として、泉佐野産の米と泉州産の野菜を、SDGsの観点から、パンに使用する小麦粉や一部の野菜に有機農産物を使用しています。泉佐野産、泉州産の食材を使用している献立には、コックベアーのマークがついています。今月の給食で使用する泉佐野産の米と泉州産の野菜（**小松菜**、**新玉ねぎ**、**青ねぎ**）は**太字**で、有機農産物（**じゃが芋**、**キャベツ**、**土生菜**、**にら**、**人参**、**ピーマン**、**えのびたけ**）は、**太字斜体**で記載しています。



卵、卵を含む加工食品には★、牛乳、乳を含む加工食品には■印をつけ、白抜き文字にしています。

日付	献立名	エネルギー(kcal) 蛋白質エネルギー比(%) 脂質エネルギー比(%)	使用食材				
9 (火)	牛乳 ごはん 切干大根のみそ汁 白身魚フライ 鶏肉とひじきの佃煮	740 15.5% 24.6%	牛乳	ごはん	切干大根のみそ汁	白身魚フライ	鶏肉とひじきの佃煮
			■牛乳	精白米	切干大根 白菜 新玉ねぎ 豆腐 オオギニック人参 干わかめ 赤みそ 白みそ 削り節	白身魚フライ 揚げ油(米) トマトケチャップ ウスターソース 豚カツソース 砂糖 赤ワイン	鶏肉 ひじき 削り節 出し昆布 オオギニック人参 枝豆 サラダ油(米) 濃口しょうゆ 砂糖 みりん 料理酒
10 (水)	牛乳 アップルパン ベジタブルスープ ミンチカツ 春野菜のサラダ	855 12.4% 33.9%	牛乳	アップルパン	ベジタブルスープ	ミンチカツ	春野菜のサラダ
			■牛乳	アップルパン 国産オオギニック小麦粉使用	鶏肉 新玉ねぎ オオギニック人参 白菜 オオギニックじゃが芋 薄口しょうゆ 塩 こしょう	鶏がらスープ ミンチカツ 揚げ油(米) 豚カツソース 砂糖 ウスターソース トマトケチャップ 赤ワイン	オオギニックキャベツ オオギニック人参 カットウインナー 塩 こしょう イタリアンドレッシング
11 (木)	牛乳 鶏そぼろごはん 若竹汁 豆腐ハンバーグ 入学・進級祝いデザート (豆乳といちごジャムのクレープ)	819 16.3% 28.5%	牛乳	精白米	鶏そぼろごはん	若竹汁	豆腐ハンバーグ 入学・進級祝いデザート
			■牛乳	精白米	鶏ひき肉 おから オオギニック人参 枝豆 オオギニック土生菜 薄口しょうゆ 砂糖 みりん 料理酒	サラダ油(米) たけのこ水煮 干わかめ 豆腐 かまぼこ オオギニック人参 オオギニック えのびたけ 薄口しょうゆ 塩	豆腐ハンバーグ 濃口しょうゆ 砂糖 みりん 料理酒 ばれいしよでんぶん オオギニック土生菜 青ねぎ
12 (金)	牛乳 カレーライス コロッケ 大根サラダ	846 11.4% 28.9%	牛乳	精白米	カレーライス	コロッケ	大根サラダ
			■牛乳	精白米	豚肉 オオギニックじゃが芋 オオギニック人参 新玉ねぎ 枝豆 セロリ サラダ油(米) にんにく	米粉のカレールー トマトピューレ オニオンソテー かぼちゃペースト ウスターソース 濃口しょうゆ 塩 こしょう	ポテトコロッケ 揚げ油(米) 豚カツソース ウスターソース トマトケチャップ 砂糖 赤ワイン
15 (月)	牛乳 ごはん 肉団子スープ れんこんのはさみ揚げ 厚揚げとキムチの炒め物	731 13.1% 27.5%	牛乳	精白米	肉団子スープ	れんこんのはさみ揚げ	厚揚げとキムチの炒め物
			■牛乳	精白米	ミートボール 玉ねぎ オオギニック人参 白菜 青ねぎ 干しいたけ 薄口しょうゆ 塩 こしょう	鶏がらスープ れんこんのはさみ揚げフライ 揚げ油(米) 豚カツソース ウスターソース トマトケチャップ 砂糖	鶏肉 白菜キムチ ミニ厚揚げ 玉ねぎ オオギニック人参 チンゲン菜 にんにく サラダ油(米)
16 (火)	牛乳 たけのこごはん 豚汁 さわらのレモン照り焼き じゃがいものそぼろ煮	752 19.8% 25.5%	牛乳	精白米	たけのこごはん	豚汁	じゃがいものそぼろ煮
			■牛乳	精白米	豚肉 豆腐 オオギニック人参 大根 つきこんにゃく 新玉ねぎ 青ねぎ 赤みそ 白みそ	削り節 出し昆布 濃口しょうゆ 砂糖 料理酒 みりん ばれいしよでんぶん レモン	さわら切り身 濃口しょうゆ 砂糖 料理酒 みりん ばれいしよでんぶん レモン
17 (水)	牛乳 ハンバーグサンドパン 春野菜のポトフ フルーツポンチ	793 13.9% 31.2%	牛乳	精白米	ハンバーグサンドパン	春野菜のポトフ	フルーツポンチ
			■牛乳	うずまきカットパン 国産オオギニック小麦粉使用	ハンバーグ 米粉のデミグラスソース 米粉のハヤシルー トマトケチャップ ウスターソース	カットウインナー こしょう 鶏がらスープ オオギニックじゃが芋 オオギニック人参 新玉ねぎ 大根 オオギニックキャベツ 薄口しょうゆ 塩	角切り和梨ゼリー みかんシロップ漬け パイナップルシロップ漬け 黄桃シロップ漬け
18 (木)	牛乳 ごはん・ふりかけ 五目うどん 竹輪の磯辺揚げ(1人3切) キャベツのごま和え	757 14.6% 24.7%	牛乳	精白米	五目うどん	竹輪の磯辺揚げ(1人3切)	キャベツのごま和え ふりかけ
			■牛乳	精白米	うどん 鶏肉 油揚げ かまぼこ オオギニック人参 オオギニック えのびたけ 青ねぎ 薄口しょうゆ	濃口しょうゆ 塩 みりん 削り節 出し昆布 揚げ油(米)	オオギニックキャベツ オオギニック人参 まぐろツナ(油漬け) 薄口しょうゆ 砂糖 みりん 白すりごま 白いりごま
19 (金)	牛乳 ごはん 八宝菜 春巻き(1人2本) 中華和え	851 12.0% 32.7%	牛乳	精白米	八宝菜	春巻き(1人2本)	中華和え
			■牛乳	精白米	鶏肉 ミニ厚揚げ 玉ねぎ オオギニック人参 白菜 たけのこ水煮 干しいたけ オオギニックピーマン もやし	オオギニック土生菜 サラダ油(米) 薄口しょうゆ 濃口しょうゆ 塩 料理酒 こしょう 鶏がらスープ ばれいしよでんぶん	春巻き 揚げ油(米) ボンレスハム きゅうり オオギニック人参 耐熱寒天 薄口しょうゆ 砂糖 米酢 みりん ごま油
22 (月)	牛乳 ごはん 春野菜のみそ汁 揚げ鶏のおろししょうゆかけ (1人6〜8個) ※当日の揚げ具合によって前後します きゅうりの酢の物	752 15.4% 29.8%	牛乳	精白米	春野菜のみそ汁	揚げ鶏のおろししょうゆかけ	きゅうりの酢の物
			■牛乳	精白米	オオギニックじゃが芋 オオギニック人参 オオギニックキャベツ オオギニック えのびたけ 豆腐 新玉ねぎ 青ねぎ	鶏肉角切り(でん粉付) 揚げ油(米) 大根 薄口しょうゆ 砂糖 みりん 出し昆布	きゅうり ちりめんじゃこ 薄口しょうゆ 砂糖 米酢 みりん

* 泉佐野市のホームページの右下側にある「毎日の給食」から日々の給食の写真を見ることができます。ぜひご覧下さい。

令和6年度 4月 給食予定献立表

泉佐野市立中学校給食センター

泉佐野市では、地産地消と食育の推進の一環として、泉佐野産の米と泉州産の野菜を、SDGsの観点から、パンに使用する小麦粉や一部の野菜に有機農産物を使用しています。泉佐野産、泉州産の食材を使用している献立には、コックベアーのマークがついています。今月の給食で使用予定の泉佐野産の米と泉州産の野菜(小松菜、新玉ねぎ、青ねぎ)は太字で、有機農産物(じゃが芋、キャベツ、土生葱、にら、人参、ピーマン、えのびたけ)は、赤字斜体で記載しています。



卵、卵を含む加工食品には★、牛乳、乳を含む加工食品には■印をつけ、白抜き文字にしています。

日付	献立名	エネルギー(kcal) 蛋白質エネルギー比(%) 脂質エネルギー比(%)	使用食材					
23 (火)	牛乳 玄米ごはん 高野豆腐の煮物 開きあじのフライ きゅうりとツナの生姜和え	771 17.1% 24.9%	■牛乳	精白米 アルファ化もち玄米 塩	高野豆腐 鶏肉 大根 棒天 玉ねぎ ★オガニック人参 干しいたけ ふき水煮 薄口しょうゆ	濃口しょうゆ 砂糖 料理酒 みりん 削り節	開きあじのフライ 揚げ油(米) 豚カツソース ウスターソース トマトケチャップ 砂糖 赤ワイン	きゅうりとツナの生姜和え まぐろツナ(油漬け) ★オガニック土生葱 濃口しょうゆ 砂糖
24 (水)	牛乳 コッペパン・いちごジャム ミートボールシチュー アスパラベーコン ツナレモン和え	773 16.0% 27.6%	■牛乳	コッペパン ★国産オガニック小麦粉使用	ミートボール 玉ねぎ ★オガニック人参 しめじ 枝豆 セロリ サラダ油(米) トマトピューレ トマトケチャップ	ウスターソース 米粉のハヤシルウ 薄口しょうゆ 砂糖 塩 こしょう 鶏がらスープ	厚切りベーコン アスパラガス ★オガニックじゃが芋 塩 こしょう オリーブオイル	ツナレモン和え まぐろツナ(油漬け) ★オガニックキャベツ レモン ★オガニック人参 塩 こしょう
25 (木)	牛乳 ごはん 豆腐とキムチのみそスープ 鶏肉の甘酢あんかけ(1人2切) ナムル	720 16.2% 28.9%	■牛乳	精白米	豚肉 豆腐 白菜 白菜キムチ 玉ねぎ ★オガニックえのびたけ 白ねぎ ★オガニックにら	塩 赤みそ 砂糖 濃口しょうゆ にんにく 鶏がらスープ	鶏肉のカット 濃口しょうゆ トマトケチャップ 米酢 砂糖 ばれいしょでんぶん	ナムル ★オガニック人参 小松菜 もやし 薄口しょうゆ 砂糖 ごま油 白すりごま 白いりごま
26 (金)	牛乳 ごはん・ふりかけ ラーメン チンジャオロースー 野菜ゼリー	770 13.3% 23.3%	■牛乳	精白米	煮し中華麺 鶏肉 ★オガニックキャベツ ★オガニック人参 もやし ホールコーン 白ねぎ ★オガニック青ねぎ 薄口しょうゆ 塩	こしょう 豚骨スープ 豚骨白湯スープ 塩 白ネギ ★オガニック人参 薄口しょうゆ	豚肉 ★オガニックピーマン 赤ピーマン たけのこ水煮 オイスターソース 塩 こしょう 濃口しょうゆ サラダ油(米)	ふりかけ のりふりかけ 野菜ゼリー
30 (火)	牛乳 炊き込みチャーハン わかめスープ さばのねぎソースかけ ハムと春雨のサラダ	759 15.1% 32.7%	■牛乳	炊き込みチャーハン 炊き込みチャーハンのもと	干わかめ ベーコン 豆腐 大根 ★オガニック人参 ★オガニックえのびたけ 新玉ねぎ 薄口しょうゆ	塩 こしょう 鶏がらスープ	さばのねぎソースかけ 濃口しょうゆ 砂糖 料理酒 みりん 白ねぎ にんにく ばれいしょでんぶん	ハムと春雨のサラダ 緑豆春雨 ボンレスハム きゅうり ★オガニック人参 薄口しょうゆ 米酢 砂糖

	エネルギー (Kcal)	蛋白質 (%)	脂質 (%)	カルシウム (mg)	マグネシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μgRE)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物せんい (g)
文部科学省基準量 (令和3年4月1日改訂)	830	摂取エネルギー 全体の13~20%	摂取エネルギー 全体の20~30%	450	120	4.5	300	0.5	0.6	35	7.0
4月分平均栄養量	779	14.7%	28.3%	325	75	5.2	181	0.7	0.5	33	4.2

中学校給食のパンの種類

*パン(個包装)は毎週水曜日です。

*当市のパンには卵・乳製品は入っていませんが、工場内では卵・乳製品の入ったパンを同一ラインで製造しています。

種類	原材料	種類	原材料
パン うずまきパン 食パン	国産オガニック小麦粉、砂糖、食塩、イースト、ショートニング	おさつパン	国産オガニック小麦粉、砂糖、食塩、イースト、ショートニング、さつま芋ダイス、さつま芋ペースト
アップルパン	国産オガニック小麦粉、砂糖、食塩、イースト、ショートニング、ドライアップル【りんご、砂糖、クエン酸】	ココアパン	国産オガニック小麦粉、砂糖、食塩、イースト、ショートニング、ココアパウダー
黒糖パン	国産オガニック小麦粉、砂糖、食塩、イースト、ショートニング、黒糖液	オリーブナン	国産オガニック小麦粉、砂糖、食塩、イースト、ショートニング、オリーブオイル

オーガニック給食が始まります

令和6年4月よりSDGsの観点から、パンに使用する小麦粉や一部の野菜に有機農産物を使用します。
今月使用予定の有機農産物は太字斜体で記載しています。



令和6年4月よりSDGsの観点から、牛乳パックをストローレス対応パックに変更します。プラスチックストローを出来るだけ使用しないことで、プラスチック削減及び二酸化炭素の削減が目的です。ただしストローを必要とする生徒には、これまでどおり配布いたします。

～保護者の方へ～

- 食べ残した食品については、家庭には持ち帰ることは出来ません。衛生上すべて学校、又は給食センターで処分させていただきます。
- 給食について、不明な点、不安や疑問に思っている点などがありましたら給食センター栄養士までお問い合わせ下さい。

TEL: 072-493-9409 FAX: 072-493-9412 E-mail: chukyusyoku@city.izumisano.lg.jp

* 泉佐野市のホームページの右下側にある「毎日の給食」から日々の給食の写真を見ることができます。ぜひご覧下さい。