

24	月			ごはん	すいとん	すいとん、厚揚げ、しめじ、にんじん、ごぼう、ながねぎ、かつお節、みりん、しょうゆ、塩	657	771
					さけのしおやき	さけ、塩、しょうゆ		
					ゆでほしだいこんのいために	ぶた肉、生ちくわ、ゆで干しだいこん、にんじん、ごま油、三温糖、しょうゆ、かつお節、塩		
25	火			いちごジャム	こめこマカロニのスープ	とり肉、キャベツ、たまねぎ、もやし、とうもろこし、米粉マカロニ(米粉)、パセリ、米油、チキンブイヨン、しょうゆ、こしょう、塩	601	769
					ポテトコロッケ	ポテトコロッケ(じゃがいも)、たまねぎ、砂糖、しょうゆ、食塩、ワイン、大豆油、こしょう、パン粉、小麦粉、ライ麦粉、コーンフラワー、増粘剤、イーストフード、ビタミンC)、米油、中濃ソース		
					小:ハムとキャベツのソテー	ロースハム、にんじん、キャベツ、レーズン、たまねぎ、米油、こしょう、塩		
					中:ハムとキャベツのサラダ	ロースハム、にんじん、キャベツ、レーズン、たまねぎ、きゅうり、米油、こしょう、塩、酢、しょうゆ、砂糖		
					コッペパン	小麦粉、マーガリン、砂糖、脱脂粉乳、イースト、食塩、小麦たんぱく、ビタミンC		
					いちごジャム	難消化性デキストリン、いちご、砂糖、水あめ、ペクチン、クエン酸、ビタミンC		
★	26	水		ごはん	とうふとわかめのみそしる	油揚げ、豆腐、ながねぎ、わかめ、かつお節、みそ、しょうゆ、塩	679	771
					さばのたつたあげ	さば、馬鈴薯でん粉、しょうゆ、しょうが、酒、みりん、米油		
					さといもといかのにも	いか、さといも、こんにやく、さつま揚げ、ねしろうが、しょうゆ、三温糖、みりん、酒、かつお節、塩、でん粉		
27	木			ちゅうかめん	みそラーメン	ぶた肉、にんじん、にら、もやし、キャベツ、とうもろこし、きくらげ、ながねぎ、ねしろうが、にんにく、たまねぎ、米油、とりがら、とんこつ、みそ、こしょう、トウバンジャン、しょうゆ、塩	682	886
					にくだんこのもちごめむし	肉団子のもち米蒸し(ぶた肉、もち米、とり肉、たまねぎ、パン粉、精白米、馬鈴薯でん粉、粒状小麦たんぱく、砂糖、しょうゆ、しょうが、食塩、こしょう、イーストフード・ビタミンC、ベニコウジ色素)、しょうゆ		
					フルーツあんぱん	りんご、もも、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、クエン酸、ビタミンC、杏仁豆腐(乳または乳製品を主要原料とする食品、水あめ、加糖練乳、砂糖、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、杏仁パウダー、ゲル化剤、貝カルシウム、乳化剤、ホエイソルト、pH調整剤、ピロリン酸第二鉄、香料)		
					ちゅうかめん	小麦粉、食塩、かんすい		
★	28	金		むぎごはん	ほうれんそういりチキンカレー	とり肉、カレー粉、しょうゆ、三温糖、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、ほうれんそう、ねしろうが、にんにく、米油、カレールー、ガラムマサラ、中濃ソース、トマケチャップ、塩	738	828
					かえりこぼしだいずのあげ	かえり煮干し、大豆、米油、しょうゆ、三温糖、みりん、ごま		
					りんご	りんご、塩		
					むぎごはん	米、米粒麦		
★	31	月		ごはん	わかめスープ	とり肉、豆腐、ながねぎ、もやし、しめじ、わかめ、ねしろうが、とりがら、しょうゆ、こしょう、塩	660	742
					しろみざかなのチリソースがけ	ホキ、馬鈴薯でん粉、米油、ながねぎ、にんにく、ねしろうが、トウバンジャン、トマケチャップ、酒、しょうゆ、三温糖、塩		
					チャプチェ	ぶた肉、しょうゆ、酒、ごま油、にんにく、にんじん、たまねぎ、しいたけ、はるさめ、にら、ごま、三温糖、コチュジャン、塩		

14回	○:牛乳が付きます。 小:小学校 中:中学校 の献立です。 天候不順の影響等、都合により献立及び食材料の変更をすることがありますのでご了承ください。 小学校の栄養価は3・4年生が基準になっています。 丸ごと食べられる魚は、魚卵を含む場合があります。 魚の種類によっては小骨が入っている場合があります。 小魚(ちりめんじゃこ・沖あみなど)や海藻類(わかめ・アオサなど)は、甲殻類を含む場合があります。						650	830
	基準栄養価							

献立の材料(食材料)に記載されている食品の内容は、下記をご覧ください。

煮込みもち	もち米粉、とうもろこしでん粉、こんにやく粉、増粘剤、トシハロース
すいとん	小麦粉、塩
アメリカンドッグミックス	小麦粉、砂糖、じゃがいもでん粉、乾燥じゃがいも、ぶどう糖、大豆たんぱく、食塩、香辛料、ベーキングパウダー、加工でん粉、着色料
ちらしかまぼこ(梅)	魚肉(すけそうたら)、タピオカでん粉、馬鈴薯でん粉、砂糖、発酵調味料、食塩、うらごし人参、トマト色素
さつま揚げ	魚肉すり身(すけそうたら、いとよりだい、えそ、ヒメシ、きんときだい他)、馬鈴薯でん粉、なたね油、砂糖、みりん、食塩、ぶどう糖
なると	魚肉(たら、いとよりだい、たちうお)、馬鈴薯でん粉、食塩、砂糖、発酵調味料、トマト色素
生ちくわ	すり身(たら)、馬鈴薯でん粉、砂糖、食塩、ぶどう糖、みりん、魚介エキス
ロースハム	豚ロース肉、食塩、砂糖、香辛料抽出物
短冊卵	鶏卵、砂糖、醸造酢、馬鈴薯でん粉、とうもろこしでん粉、トシハロース、食塩、植物油
トウバンジャン	塩蔵唐辛子、そら豆加工品、そら豆、乾燥唐辛子、食塩、酒粕、ビタミンC
コチュジャン	米みそ、水あめ、麦芽エキス、米こうじ調味料、唐辛子、砂糖、食塩、酵母エキスパウダー
カレールー	米粉、パーム油、デキストリン、カレー粉、砂糖、食塩、酵母エキス、トマトペースト、馬鈴薯でん粉、ココアパウダー、パンプキンパウダー、たまねぎ、にんにく、粉末米酢

市立中学校新1年生保護者様

市立小学校から中学校へ入学する生徒で、小学校の学校給食費を口座振替されている方は、引き続き同じ口座から引き落としをいたしますのでご了承ください。

＜給食費について＞

①納期 1月分の納期限は1月31日(月)です。口座振替の方は、1月28日(金)までに入金してください。

②選付

※月の途中で転出した場合は給食費が選付(又は減額)になることがあります。

※食物アレルギーや宗教上の理由等から、1日の給食のすべてを喫食されない場合は、献立表の内容を確認後、速やかに学校に給食不要の連絡をお願いします。

また、同様の理由で、年間を通じて給食を喫食されない場合にも、学校に給食不要の連絡をお願いします。給食費が減額になります。

※病状や事故その他の理由で長期に給食を食べないことが見込まれる場合は、学校に給食を止める連絡をお願いします。連絡のあった翌日から給食が停止になります。

給食停止期間が連続5日以上となった場合、その日数により、給食費を選付(又は減額)いたします。

※給食費は食材の購入費として使用しています。食材の発注を停止することにより給食費を選付(又は減額)いたしますので、事前の連絡が必要となる事をご了承ください。

※アレルギー性疾患等により牛乳を飲むことができない場合には、あらかじめ学校に牛乳を止める連絡をしてください。連絡を受けた翌日から牛乳購入金額相当を年度末に

選付いたします。

※学校での給食費の取扱いについては校長先生が出納員となりご協力をいただいております。

