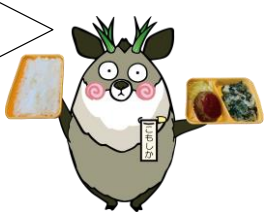
給食ピックアップ!!
・みえ地物一番給食の日　16（木）、17（金）
三重県産の米、牛乳、豆腐、もやし、エリンギ、しいたけ、
きゅうり、みかん、油です。

・2（木）ハッシュドビーフコロッケは、パンにはさんで食べましょう。

・初登場のメニュー NEW
8（水）ヤンニョムチキン、14（火）ポークチャップ、
21（火）鶏塩肉じゃが、31（金）白菜と小松菜のしらすあえ



予約について
マークシート　4月15日（月）
インターネット　4月20日（土）
（パソコン、スマートフォン）

予約サイト
QRコードはこちら

※予約の追加、取消、変更は1週間前の14:00まで可能ですが、
予約忘れがないように期日までに予約をしましょう。

令和６年５月 八風中学校給食献立予定表

日	献立名	食品名 赤（血や筋肉、骨格になるもの） 1群	2群	緑（体の調子を整えるもの） 3群	4群	黄（働く力や体温になるもの） 5群	6群	栄養価 エネルギー kcal	給食実施日 1年	2年	3年
7 火	ご飯　牛乳		牛乳			米		923	○	○	○
	まぐろカツ（タルタルソース）	マグロカツ,卵					油,タルタルソース				
	ラタトゥイユ	ベーコン		人参,トマト	なす,玉ねぎ	じゃがいも,砂糖	油				
	大根の韓国風煮	厚揚げ,コチュジャン		人参	大根	こんにゃく,砂糖	ごま油				
	スパゲティサラダ	ツナ			玉ねぎ,コーン	スパゲティ	ドレッシング				
8 水	ご飯　牛乳		牛乳			米		823	○	○	○
	ヤンニョムチキン NEW	鶏肉,コチュジャン			にんにく	天ぷら粉,片栗粉,砂糖	油,ごま				
	豚肉と野菜のオイスター炒め	豚肉		人参	キャベツ,もやし,生姜	砂糖	ごま油				
	切干大根のハリハリ漬け	油揚げ		人参	切干大根,きゅうり	砂糖	ごま				
	オレンジ				オレンジ						
	しそ昆布		しそ昆布								
9 木	ご飯　牛乳		牛乳			米		789	○	○	○
	牛肉のすき煮	牛肉		人参	白菜,白ねぎ	こんにゃく,砂糖					
	さつまいもの天ぷら肉みそがけ	鶏肉,みそ			グリンピース	さつまいも,片栗粉,天ぷら粉,砂糖	油				
	コーンスープ		コーンクリーム	パセリ	コーン	片栗粉					
10 金	ご飯　牛乳		牛乳			米		818	○	○	○
	鶏肉とれんこんの甘酢炒め	鶏肉		人参	なす,れんこん,しいたけ	砂糖	ごま油,ごま				
	カルツォーネ	カルツォーネ					油				
	ナムル	ツナ	わかめ	赤ピーマン	もやし		ドレッシング,ごま				
	バンバンジー風サラダ	鶏肉		人参	キャベツ,きゅうり		ドレッシング,ごま				
13 月	ご飯　牛乳		牛乳			米		857	○	○	×
	ミートスパゲティ	豚肉		人参,トマト	玉ねぎ	スパゲティ	油				
	野菜コロッケ					野菜コロッケ	油				
	きのこのソテー			小松菜	もやし,エリンギ,まこもたけ,しめじ		油				
	キャベツと梅の昆布あえ		昆布	人参	キャベツ,きゅうり		ごま				
14 火	ご飯　牛乳		牛乳			米		760	○	×	×
	ポークチャップ NEW	豚肉		赤ピーマン	玉ねぎ,しめじ	砂糖	油				
	大根と里芋のそぼろ煮	厚揚げ,鶏肉			大根,グリンピース	里芋,砂糖					
	わかめの中華あえ	ツナ	わかめ	人参	きゅうり,もやし,生姜	砂糖	ごま,ごま油				
	りんご				りんご						
	ミニアセロラゼリー					アセロラゼリー					
17 金	わかめご飯　牛乳		わかめ,牛乳			米		789	○	○	×
	きのこあんかけハンバーグ	ハンバーグ			玉ねぎ,しめじ,エリンギ	砂糖,片栗粉					
	焼ビーフン	鶏肉		小松菜,人参	しいたけ,玉ねぎ	ビーフン,砂糖	油				
	キャベツの中華あえ	ツナ			キャベツ,きゅうり		ドレッシング,ごま				
	フルーツポンチ				みかん,パインアップル	白玉					
20 月	ご飯　牛乳		牛乳			米		792	○	○	○
	鶏肉のからあげ	鶏肉				から揚げ粉	油				
	五目豆	大豆,油揚げ		人参	しいたけ	こんにゃく,砂糖					
	きゅうりと切干大根のピリ辛漬け	ツナ		人参	切干大根,きゅうり	砂糖	ごま				
	もやしのポン酢あえ				白菜,もやし	砂糖					
21 火	ご飯　牛乳		牛乳			米		789	○	○	○
	ソース焼きそば	豚肉		人参	キャベツ,もやし	麺	油				
	鶏塩肉じゃが NEW	鶏肉		人参	玉ねぎ,にんにく	じゃがいも,こんにゃく,砂糖	ごま油				
	大根サラダ		わかめ		大根,きゅうり,コーン		ドレッシング				
	杏仁フルーツ		杏仁豆腐		みかん,黄桃,パインアップル						

日	献立名	食品名						栄養価	給食実施日		
		赤（血や筋肉、骨格になるもの）		緑（体の調子を整えるもの）		黄（働く力や体温になるもの）		エネルギー kcal	1年	2年	3年
		1群	2群	3群	4群	5群	6群				
22 水	ご飯　牛乳		牛乳			米		770	○	○	○
	いかのレモン風味揚げ	いか			レモン	天ぷら粉,片栗粉	油				
	チャプチェ	豚肉		人参,にら	にんにく,生姜	春雨,砂糖	ごま,ごま油				
	筑前煮	鶏肉		人参	たけのこ,ごぼう,しいたけ	こんにゃく,砂糖					
	キャベツのゆずあえ				キャベツ,きゅうり,コーン						
23 木	ご飯　牛乳		牛乳			米		768	○	○	○
	マーボー豆腐	豆腐,鶏肉,みそ		ねぎ	白ねぎ,しいたけ,生姜,にんにく	砂糖,片栗粉	ごま油,油				
	豚肉と白菜のうま煮	豚肉,油揚げ,かつお節		小松菜,人参	白菜	砂糖					
	コーンサラダ	ハム			キャベツ,コーン		ドレッシング				
	フルーツ杏仁風プリン					フルーツ杏仁風プリン					
24 金	ご飯　牛乳		牛乳			米		856	○	○	○
	焼肉炒め	牛肉		人参	キャベツ,玉ねぎ,生姜,にんにく	砂糖	油				
	ちくわの天ぷら	ちくわ				天ぷら粉	油				
	冷やし中華（つゆ）	鶏肉		人参	きゅうり	麺					
	大根のおかか煮	かつお節		ほうれんそう	大根	こんにゃく,砂糖					
27 月	ご飯　牛乳		牛乳			米		885	○	○	○
	けいちゃん焼き	鶏肉,みそ		人参	キャベツ,玉ねぎ,生姜	砂糖	マーガリン,油				
	ちゃんぽん麺	豚肉,かまぼこ	牛乳	チンゲン菜,人参	もやし,コーン,生姜	麺,片栗粉					
	コアコアヨーグルト		ヨーグルト								
28 火	ご飯　牛乳		牛乳			米		764	○	○	○
	肉ごはんのもと	豚肉	ひじき	ねぎ	玉ねぎ	砂糖	油				
	キャベツの煮浸し	油揚げ			キャベツ,白菜	砂糖					
	オクラのおかかあえ	かつお節		オクラ,人参	きゅうり	砂糖					
	チョコプリン					チョコプリン					
29 水	ご飯　牛乳		牛乳			米		844	○	○	○
	えびフライ	えびフライ					油				
	きんぴらごぼう			人参	ごぼう	こんにゃく,砂糖	ごま油,ごま				
	冷しゃぶ（ドレッシング）	豚肉			キャベツ,大根		ドレッシング,ごま				
	マカロニサラダ		チーズ		きゅうり,コーン	マカロニ	ドレッシング				
30 木	ご飯　牛乳		牛乳			米		901	○	○	○
	とんかつ（ソース）	とんかつ					油				
	大豆カレー煮	大豆		赤ピーマン,人参	玉ねぎ,コーン,グリンピース	砂糖					
	ひじきのごまあえ		ひじき	小松菜	キャベツ,もやし	砂糖	ごま				
	ポテトサラダ	ハム			きゅうり	じゃがいも	ドレッシング				
31 金	ご飯　牛乳		牛乳			米		740	○	○	○
	鶏肉のねぎ塩炒め	鶏肉		ねぎ	キャベツ,玉ねぎ,れんこん,にんにく		ごま,ごま油				
	揚げ餃子	餃子					油				
	茎わかめの和風サラダ	鶏肉	茎わかめ		きゅうり,もやし		ドレッシング,ごま				
	白菜と小松菜のしらすあえ NEW		しらす	小松菜	白菜	砂糖					

瑞野町教育委員会

- 献立や食材量の一部を変更することがありますのでご了承ください。
- ドレッシング等は、上記の料理にかけてください。
- 調理場では、他校の給食やお弁当なども同じ製造ラインで調理しておりますことをご了承ください。
- カロリー表示は牛乳（1本あたり132kcal）を含んだものとなっております。
- 食物アレルギー情報については、瑞野町ホームページに掲載しておりますので、ご確認ください。
- 給食に関してのお問い合わせは、瑞野町教育委員会事務局（TEL:059-391-1155、FAX:059-391-1195）までお願い致します。