給食ピックアップ!!
・みえ地物一番給食の日　18（木）、19（金）
三重県産の米、牛乳、大豆、しいたけ、もやし、みかん、あおさ、豆腐、油です。

・24（水）肉ごはんのもとはご飯にのせて食べましょう。

・学校行事の関係で給食がなくなることがあります。その場合は、教育委員会で変更しますので、各自で変更していただく必要はありません。

予約について
マークシート　3月15日（金）
インターネット　3月20日（水）
（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４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
9 火	ご飯　牛乳		牛乳			米		768	○	○	○
	ハンバーグ	ハンバーグ									
	じゃがいもとベーコンのソテー	ベーコン		人参	玉ねぎ，コーン	じゃがいも，砂糖	マーガリン				
	かみかみあえ 祝			人参	切干大根，もやし	砂糖	ごま油				
	お祝いゼリー					ゼリー					
10 水	ご飯　牛乳		牛乳			米		980	○	○	○
	チキチキごぼう 人気！	鶏肉			ごぼう	天ぷら粉，片栗粉，砂糖	油，ごま				
	野菜の塩だれ炒め			人参，小松菜	キャベツ，玉ねぎ		ごま，油				
	和風スパゲティサラダ	ツナ			きゅうり，コーン	スパゲティ	ドレッシング，ごま				
	白菜の煮浸し	油揚げ，かつお節		人参	白菜，もやし						
11 木	ご飯　牛乳		牛乳			米		771	○	○	○
	牛肉のすき煮	牛肉		人参	白菜，白ねぎ	こんにゃく，砂糖					
	ちくわの磯部揚げ	ちくわ	青のり			天ぷら粉	油				
	きゅうりの梅あえ				キャベツ，きゅうり，もやし						
	ブロッコリーのツナサラダ	ツナ，卵		ブロッコリー	玉ねぎ		ドレッシング				
12 金	ご飯　牛乳		牛乳			米		859	○	○	○
	あじフライ	アジフライ					油				
	スパゲティソテー	ベーコン			玉ねぎ	スパゲティ	油				
	大根のおかか煮	かつお節		ほうれんそう，人参	大根	こんにゃく，砂糖					
	チキンカレー	鶏肉		人参	玉ねぎ	じゃがいも，カレールウ					
	ミニ洋梨ゼリー					洋梨ゼリー					
15 月	ご飯　牛乳		牛乳			米		776	○	○	○
	ジャーチャン豆腐 NEW	厚揚げ，豚肉		にら	玉ねぎ，白ねぎ，生姜，にんにく	片栗粉	ごま油				
	切干大根の煮物			人参	切干大根，しめじ，枝豆	砂糖					
	ちゃんこ鍋	肉団子，鶏肉		人参，ねぎ	白菜，大根	砂糖					
16 火	ご飯　牛乳		牛乳			米		914	○	○	○
	汁なし黒ゴマ担々麺	豚肉，みそ		小松菜，ねぎ	もやし，にんにく，生姜	麺，砂糖	ドレッシング，ごま				
	豚肉と白菜のうま煮	豚肉，油揚げ，かつお節		ほうれんそう，人参	白菜	砂糖					
	ポテトサラダ			人参	グリンピース，コーン，きゅうり	じゃがいも	ドレッシング				
	茎わかめのポン酢あえ（ポン酢）		茎わかめ	人参	キャベツ，もやし						
17 水	わかめご飯　牛乳		わかめ，牛乳			米		872	○	○	○
	フィッシュアンドチップス	マグロカツ				フライドポテト	油				
	大根とこんにゃくのピリ辛煮	豚肉，ちくわ			大根	こんにゃく，砂糖	油				
	ごぼうサラダ	ツナ		人参	ごぼう		ドレッシング				
	キャベツのゆずあえ				キャベツ，もやし，コーン						
18 木	ご飯　牛乳		牛乳			米		777	○	○	○
	タッカルビ 地物	鶏肉，コチュジャン		ねぎ	キャベツ，玉ねぎ，生姜，にんにく	砂糖	ごま油，油				
	五目豆	大豆，油揚げ		人参	ごぼう，しいたけ	こんにゃく，砂糖					
	ほうれん草の煮浸し	かつお節		ほうれんそう	白菜，もやし	砂糖					
	杏仁フルーツ		杏仁豆腐		みかん，黄桃，ﾊﾟｲﾝｱｯﾌﾟﾙ						

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				
19 金	ご飯　牛乳		牛乳			米		787	○	○	○
	とんてき	豚肉			にんにく，生姜	片栗粉	油				
	ゆでもやし				もやし						
	大豆とあおさのかき揚げ	えび，大豆	あおさ	人参	玉ねぎ	天ぷら粉	油				
	三重県産豆腐のみそ汁	豆腐，油揚げ，みそ	わかめ	ねぎ	大根						
22 月	ご飯　牛乳		牛乳			米		856	○	○	○
	鮭とチーズのソフトカツ	鮭とチーズのソフトカツ					油				
	野菜とがんものおかか煮	がんもどき，かつお節		人参，小松菜	白菜	砂糖					
	切干大根のハリハリ漬け			人参	切干大根，きゅうり，もやし	砂糖	ごま				
	スパゲティサラダ	ハム			玉ねぎ，コーン	スパゲティ	ドレッシング				
23 火	チャーハン　牛乳	卵，かにかま	牛乳		コーン	米		809	○	○	○
	鶏肉の中華炒め	鶏肉		人参，小松菜	大根，生姜，にんにく		ごま油				
	ペンネボロネーゼ	豚肉		トマト	なす，玉ねぎ	ペンネ，砂糖	油				
	わかめときゅうりの酢の物	ツナ	わかめ	人参	きゅうり，もやし	砂糖					
	オレンジ				オレンジ						
	大学芋					大学芋					
24 水	ご飯　牛乳		牛乳			米		805	○	○	○
	肉ごはんのもと	豚肉	ひじき	ねぎ，小松菜	玉ねぎ	砂糖	油				
	肉団子甘酢味	肉団子									
	ウインナー	ウインナー									
	ポトフ風			人参	大根，玉ねぎ，枝豆	じゃがいも，砂糖					
	わかめとささみのポン酢あえ	鶏肉	わかめ	ほうれんそう，人参	キャベツ	砂糖					
25 木	ご飯　牛乳		牛乳			米		854	○	○	○
	豆腐と野菜のチャンプルー	豆腐，鶏肉，卵，かつお節		人参，にら	しいたけ，もやし，玉ねぎ		ごま油，油				
	味噌ラーメン 人気！	豚肉，かまぼこ，みそ		ねぎ	白菜，もやし，コーン，にんにく	麺，砂糖	ごま油				
	コアコアもも		ももヨーグルト								
26 金	ご飯　牛乳		牛乳			米		765	○	○	○
	豚キムチ	豚肉，みそ		ほうれんそう	キャベツ，エリンギ	砂糖	ごま油				
	茎わかめとごぼうのきんぴら		茎わかめ	人参	ごぼう	こんにゃく，砂糖	ごま油				
	春雨サラダ	ハム		人参	きゅうり	春雨	ドレッシング，ごま				
	チョコプリン					チョコプリン					

菰野町教育委員会

- 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、菰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、菰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。