

※物資の都合により献立を一部変更する場合があります。


ひ づ け	よう び	こんだてめい	しよくひんめい				1244*	kcal	(g)
			もえてねつやちからをだす (きいろのたべもの)	からだをつくる (あかのたべもの)	からだのちようしをととのえる (みどりのたべもの)	そのた			
13	月	ごはん はっこうにゅう	ごはん	はっこうにゅう			644	17.8	
		カレー	あぶら じゃがいも カレールウ	とりにく	しょうが にんにく たまねぎ にんじん えだまめ	ケチャップ ソース カレーご			
		コーンサラダ	マヨネーズ	まぐろあぶらづけ	キャベツ にんじん コーン	ケチャップ			
		とうにゅうプリン	とうにゅうプリン						
14	火	ロールパン ぎゅうにゅう	ロールパン	ぎゅうにゅう			604	26.4	
		おはなのハンバーグ	さとう でんぶん	とりにく ぶたにく	たまねぎ	しょうゆ みりん			
		じゃがコーン	じゃがいも あぶら		コーン パセリ	しお			
		ミネストローネ	さとう	ウインナー	たまねぎ にんじん キャベツ えだまめ トマトジュース	ケチャップ ようふうだし			
15	水	ごはん ぎゅうにゅう	ごはん	ぎゅうにゅう			619	25.3	
		あつやきたまご	さとう	たまご					
		こまつなともやしのサラダ	ドレッシング	まぐろあぶらづけ	こまつな もやし				
		にくじゃが	あぶら じゃがいも さとう	ぶたにく	たまねぎ にんじん えだまめ しらたき	さけ しょうゆ みりん			
16	木	ロールパン ぎゅうにゅう	ロールパン	ぎゅうにゅう			616	27.4	
		てりやきチキン	さとう でんぶん	とりにく		しょうゆ みりん			
		マヨキャベツ	マヨネーズ		キャベツ コーン	しお			
		とうにゅうポトフ	じゃがいも	ウインナー とうにゅう	たまねぎ にんじん えだまめ パセリ	ようふうだし			
17	金	ごはん ぎゅうにゅう	ごはん	ぎゅうにゅう			614	23.9	
		さわらのたけのごあんかけ	でんぶん あぶら ごまあぶら	さわら	たまねぎ にんじん たけのご ピーマン しょうが	しょうゆ みりん オイスターソース			
		みそしる	じゃがいも	あつあげ あわせみそ	たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ				
20	月	ごはん ぎゅうにゅう	ごはん	ぎゅうにゅう			627	27.5	
		こうやどうふのたまごとじ	さとう	とりにく こうやどうふ たまご	たまねぎ にんじん えだまめ	しょうゆ みりん さけ			
		じゃがいものみそしる	じゃがいも	あぶらあげ まめみそ	にんじん キャベツ えのきたけ こまつな				
21	火	ロールパン ぎゅうにゅう	ロールパン	ぎゅうにゅう			613	22.5	
		たらのノルウェーふう	でんぶん じゃがいも あぶら さとう	たら		ケチャップ ソース			
		ビーフンスープ	ビーフ ごまあぶら	やきぶた	たまねぎ にんじん もやし こまつな	ちゅうかだし しょうゆ			
22	水	ごはん ぎゅうにゅう	ごはん	ぎゅうにゅう			643	26.1	
		マーボーどうふ	あぶら さとう でんぶん ごまあぶら	ぶたひきにく ひきわりだいず うふ まめみそ	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ほししいたけ ねぎ	さけ ちゅうかだし しょうゆ トウバンジャン しお こしょう			
		こぎかないりサラダ	ドレッシング	ちりめん	キャベツ にんじん コーン				
		チーズ		チーズ					
【令和7年度多度中学校1年2組食育考案献立】									
23	木	ツイストパン ぎゅうにゅう	ツイストパン	ぎゅうにゅう			587	25.0	
		ごもくうどん	うどん あぶら	とりにく あぶらあげ	たまねぎ にんじん だいこん こまつな ねぎ	みりん うすくちしょうゆ			
		メンチカツ	さとう でんぶん こめこ あぶら	とりにく	たまねぎ				
		ブロッコリーサラダ	ドレッシング	まぐろあぶらづけ	ブロッコリー にんじん コーン				
24	金	ごはん ぎゅうにゅう	ごはん	ぎゅうにゅう			604	21.9	
		いわしのうめ	さとう	いわし	うめ	しょうゆ			
		こまつなごましおごんがえ	ごまあぶら ごま	しおごんが	キャベツ こまつな				
27	月	ごはん はっこうにゅう	ごはん	はっこうにゅう			592	23.5	
		しろみぎかなのおこのみやきふう	でんぶん あぶら	パンガシウス あおのり かつおぶし		おこのみやきソース ソース			
		ごまあえ	ごま		キャベツ もやし	しょうゆ			
28	火	ロールパン ぎゅうにゅう	ロールパン	ぎゅうにゅう			593	25.1	
		ヤンニョムチキン	でんぶん あぶら さとう	とりにく	にんにく	ケチャップ コチュジャン みりん しょうゆ			
		ナムル	ドレッシング		もやし こまつな にんじん				
		ワンタンスープ	ワンタンのかわ	やきぶた	たまねぎ にんじん チンゲンサイ	ちゅうかだし しょうゆ			
30	木	ロールパン ぎゅうにゅう	ロールパン	ぎゅうにゅう			606	28.3	
		こぎかないりフライビーンズ	でんぶん あぶら	だいず こぎかな		さとう しょうゆ			
		しんじゃがとはるはくさいのミルクスープ	あぶら じゃがいも ベイヤメルソース	とりにく ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん はくさい しめじ こまつな	ようふうだし しお こしょう			
		【令和7年度多度中学校1年1組食育考案献立】							

### 給食費について

給食費は、全て食材料費のみに使用します。  
給食を作るために必要な水道光熱費、施設設備費、人件費は市が負担しています。

(内訳) 1年生1食分の目安です。

パン・ご飯	78円	おかず	196円
牛乳	69円	消費税	27円
合計		370円	



令和8年度は、給食費負担軽減交付金により前期課程は月5200円・県が負担し、物価高騰分として前期課程1年生から3年生までは月750円、4年生から6年生までは月900円、後期課程は650円を市が負担します。

### 主食について

① パン(週2回実施)  
給食用の小麦を用い、ショートニング・脱脂粉乳・さとう・イーストなどを入れて作られています。小麦粉には三重県産小麦「ニシノカオリ」が30%含まれています。  
パンは甘みをおさえ、おかずの味を損なわずに食べられるように工夫しています。コッペパン・黒糖パン、三重県産の米粉が入った米粉パンなどがあります。

② ごはん(週3回実施)  
ごはんは三重県産のキヌヒカリです。炊飯施設で炊き、一食分ずつお弁当箱につめて、温かいまま各学校へ配送しています。通常の白いごはんの他に、わかめごはんやしぐれごはんなども実施しています。

③ めん(月2~3回実施)  
うどん・スパゲッティ・中華そば・やきそばなどを実施しています。

### 給食費返金について(後期課程のみ)

給食費の返金については、下記の通りです。

(1) 給食実施日6日以上続いて欠席する連絡を事前に受けた場合、欠席の届があった日以降、給食をとらなかった日数(土日・祝日を除く)から、4日を差し引いた日数に対して、乗じた額を返金する。

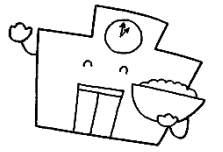
(2) 学校行事・学校閉鎖等で給食がなかった場合は、原則返金しない。

### 食物アレルギー等への対応について

多度学校給食センターでは、飲用乳・パン・鶏卵のアレルギー対応を行っています。食事内容に配慮が必要な場合は家庭からの申し出により、医師の診断書に基づいて、可能な限り除去食などの対応を行っております。必要な方は多度学園にご相談ください。なお、桑名市学校給食では、そば・落花生は使用しません。しかし、加工食品においては、工場内でそば・落花生を使用している場合がありますので、微量混入の可能性は完全に排除できません。



# 4月 給食だより



## ご入学、ご進級おめでとうございます

新年度が始まりました。給食は、準備から食事、片づけまで実践を通して、望ましい食習慣と食について自ら考え行動する力を育てることを目標としています。食を通じて、子どもたちが元気に毎日を過ごしていけるように努めていますので、よろしくお願いいたします。



### 給食のやくそく

食事のマナーは、相手への思いやりの気持ちをあらわすものです。  
みんなで楽しく食事をするために、約束を守って楽しい給食の時間にしていきましょう。



<p>しっかりせっけんで 手を洗おう</p>	<p>食事のあいさつは 気持ちをこめてしよう</p> <p>いただきます ごちそうさまでした</p>	<p>苦手なものにも チャレンジしよう</p>
<p>食事中は立ち歩かない ようにしましょう</p>	<p>口に食べものを入れたまま 話さないようにしましょう</p>	<p>姿勢よく食べよう</p> <p>背筋ピン！</p>

### 給食のかたづけ

感謝の気持ちを持って  
ていねいに片づけよう

<p>食べ残しは 決まりを守ってもどそう</p>	<p>食器に食べものが 残っていないか確認しよう</p>	<p>配ぜん台を きれいにふこう</p>
------------------------------	----------------------------------	--------------------------



**まごわやさしい献立** まめ、ごま、わかめ（海藻類）、野菜、魚や小魚、しいたけ（きのこ類）、いもを使った献立です。

☆27日…ごはん、発酵乳、白身魚のお好み焼き風、ごま和え、さつまいも入り五目豆

**骨コツメニュー** 骨を強くする「カルシウム」が多くとれる料理です。

☆22日…マーボー豆腐、小魚入りサラダ、チーズ

☆30日…小魚入りフライビーンズ、新じゃがと春白菜のミルクスープ

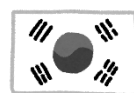
**たのしみひとしな ふるさと発見ランチ** 桑名市や三重県でとれる食材を使った料理です。

☆17日…桑名産の「たけのこ」を使った「さわらのたけのこあんかけ」です。

☆24日…桑名産の「こまつな」を使った「こまつなのごま塩昆布和え」です。

### ワールドランチ

☆28日…韓国料理の「ヤンニョムチキン、ナムル」です。



統一メニューについて 桑名・多度・長島地区それぞれ、給食を作る施設や機械器具に違いはありますが

部分的に同じメニューが出来るよう工夫して、月に数回程度、献立を統一します。今月は、

の部分です。