

☆インターネットでの予約開始は4月1日(月)からです☆

献立は諸事情により一部変更する場合があります。

日	A B	主食	副食	デザート	主な食材			エネルギー たんぱく質 脂質
					体を作るもと	熱や力のもと	体の調子を整える	
1 (水)	A	中華丼 <small>NEW</small> 野菜の昆布和え 鶏肉のペペロン チーズ			牛乳 えび 豚肉 塩昆布 鶏肉 チーズ	ごはん 油 ごま油 でんぶん	白菜 人参 チンゲン菜 ねぎ 小松菜 キャベツ 玉ねぎ 赤ピーマン しょうが にんにく	753 32.0 23.4
	B	ハムカツ ソース ミニトマト チーズ <small>よると 献立ランチ</small> 野菜の昆布和え 鶏肉のペペロン			牛乳 ハムカツ 鶏肉 塩昆布 チーズ	ごはん 油	ミニトマト 人参 小松菜 玉ねぎ 赤ピーマン キャベツ しょうが にんにく	812 28.5 23.4
2 (木)	A	肉じゃが 小松菜と竹輪の煮物 根菜チップス ごまひじき			牛乳 豚肉 竹輪 油揚げ 鶏肉 ごまひじき	ごはん 砂糖 油 じゃがいも 天ぷら粉 でんぶん ごま	玉ねぎ 人参 しらたき 小松菜 蓮根 ごぼう	859 28.1 22.3
	B	いわしの梅煮 ゆでキャベツ 小松菜と竹輪の煮物 根菜チップス ごまひじき			牛乳 いわしの梅煮 竹輪 油揚げ 鶏肉 ごまひじき	ごはん 砂糖 油 天ぷら粉 でんぶん ごま	キャベツ 小松菜 人参 蓮根 ごぼう	802 26.1 21.5
7 (火)	A	ハンバーグのデミグラスソースがけ 高野豆腐煮 あけぼのサラダ		すりおろし りんご ブチゼリー	牛乳 ハンバーグ 高野豆腐 かつお油漬け 炒り玉子	ごはん 油 砂糖 マーガリン マヨネーズ すりおろしりんごブチゼリー	玉ねぎ マッシュルーム コーン 椎茸 人参 枝豆 ブロッコリー キャベツ	812 31.2 24.8
	B	白身魚のお好み焼き風 わかめごはん 焼きそば 高野豆腐煮 あけぼのサラダ			牛乳 たら かつお粉 青海苔粉 わかめ 高野豆腐 かつお油漬け 炒り玉子	ごはん 油 砂糖 天ぷら粉 焼きそば麺 マヨネーズ すりおろしりんごブチゼリー	椎茸 人参 枝豆 ブロッコリー キャベツ	817 32.2 23.3
8 (水)	A	ダッカルビ 花野菜サラダ ドレッシング 厚揚げチャンプルー タレ付き肉団子			牛乳 鶏肉 かつお油漬け 厚揚げ 炒り玉子 かつお粉 肉団子	ごはん 砂糖 油 ごま油 サウザンアイランドドレッシング	キャベツ 玉ねぎ 人参 にはら しょうが にんにく ブロッコリー 枝豆 カリフラワー コーン もやし 赤ピーマン	847 33.5 29.8
	B	かぼちゃひき肉サンドフライ ソース 厚揚げチャンプルー 花野菜サラダ ドレッシング タレ付き肉団子			牛乳 かつお油漬け 厚揚げ 肉団子 炒り玉子 かつお粉	ごはん 油 かぼちゃひき肉サンドフライ サウザンアイランドドレッシング	ブロッコリー カリフラワー 人参 コーン もやし 赤ピーマン 枝豆	862 26.2 30.2
9 (木)	A	チキン南蛮 タルタルソース 切干大根のサラダ れんこんのピリ辛炒め 味付小魚 アシドミルク			アシドミルク 鶏肉 荳わかめ 豚肉 味付小魚	ごはん 油 砂糖 タルタルソース ごま油	もやし 切干大根 蓮根 こんにゃく 枝豆 人参	840 27.9 23.7
	B	とんてき ゆでキャベツ 切干大根のサラダ れんこんのピリ辛炒め 味付小魚 アシドミルク			アシドミルク 豚肉 荳わかめ 味付小魚	ごはん 油 砂糖 でんぶん ごま油	にんにく しょうが キャベツ もやし 切干大根 蓮根 こんにゃく 枝豆 人参	786 31.0 17.4
10 (金)	A	ヒレカツ丼 若竹煮 ブロッコリーのツナマヨ和え		大学芋	牛乳 ヒレカツ 厚揚げ わかめ 鶏肉 かつお油漬け	ごはん 油 砂糖 マヨネーズ 大学芋	人参 玉ねぎ しょうが にんにく 筍 こんにゃく ブロッコリー	859 29.1 26.2
	B	カレーマーマー豆 若竹煮 ブロッコリーのツナマヨ和え			牛乳 豆腐 豚肉 豆味噌 厚揚げ わかめ 鶏肉 かつお油漬け	ごはん 砂糖 油 でんぶん ごま油 マヨネーズ 大学芋	人参 玉ねぎ しょうが にんにく 筍 こんにゃく ブロッコリー コーン	839 29.1 27.4
13 (月)	A	えびフライ&白身魚フライ タルタルソース わかめのサラダ 豆腐のあっさりカレー煮 しそ昆布			牛乳 鶏肉 しそ昆布 えびフライ 白身魚フライ 豆腐 わかめ かつお油漬け かにかま	ごはん 油 砂糖 タルタルソース 中華ドレッシング	キャベツ きゅうり 白菜 ピーマン	820 29.8 24.3
	B	豚すき煮 わかめのサラダ 豆腐のあっさりカレー煮 しそ昆布			牛乳 豚肉 わかめ かつお油漬け かにかま 豆腐 鶏肉 しそ昆布	ごはん 砂糖 中華ドレッシング	白菜 玉ねぎ 人参 しらたき ねぎ しょうが キャベツ きゅうり ピーマン	768 30.0 22.1
14 (火)	A	チンジャオロース 小松菜のサラダ ドレッシング ひじき五目煮		アセロラ ゼリー	牛乳 豚肉 ハム ひじき 油揚げ 大豆	ごはん 砂糖 油 でんぶん アセロラゼリー しょうゆドレッシング	筍 ピーマン 赤ピーマン 黄ピーマン しょうが キャベツ 小松菜 コーン 人参 グリンピース	762 29.6 22.0
	B	ソースカツ丼 チンゲン菜と豆腐のごまひじき たくあん ひじき五目煮 小松菜のサラダ ドレッシング		<small>よると 献立ランチ</small>	牛乳 豚カツ ハム ひじき 油揚げ 大豆 豚肉 合わせ味噌 豆腐	ごはん 油 砂糖 しょうゆドレッシング ごま ごま油	キャベツ 小松菜 コーン 人参 グリンピース たくあん 大根 玉ねぎ チンゲン菜 ねぎ	851 29.6 26.2
15 (水)	A	コーンカレーコロッケ チキンナゲット 豆入りシーザーサラダ 筑前煮		すりおろし ピーチ ブチゼリー	牛乳 チキンナゲット ハム 大豆 鶏肉	ごはん 油 砂糖 すりおろしピーチブチゼリー コーンカレーコロッケ シーザードレッシング	ほうれん草 人参 枝豆 筍 蓮根 こんにゃく	840 26.1 26.7
	B	みそ焼きうどん 豆入りシーザーサラダ 筑前煮			牛乳 牛ホルモン 豚肉 豆味噌 ハム 大豆 鶏肉	ごはん 砂糖 油 うどん シーザードレッシング すりおろしピーチブチゼリー	キャベツ 人参 玉ねぎ 枝豆 にんにく ほうれん草 筍 蓮根 こんにゃく	831 28.1 23.4
16 (木)	A	タコライス キャベツサラダ ドレッシング スプーン 鶏味噌炒め ジョア(ストロベリー)		カスタード ブチ ケーキ	ジョア(ストロベリー) 牛肉 豚肉 ベーコン チーズ ハム 鶏肉 厚揚げ 豆味噌	ごはん 砂糖 油 青じそドレッシング カスタードブチケーキ	ピーマン トマト水煮 しょうが にんにく キャベツ 人参 玉ねぎ きゅうり もやし 赤ピーマン ねぎ	772 31.4 19.3
	B	春巻き&揚げ焼売 キムチチャーハン キャベツサラダ ドレッシング 鶏味噌炒め ジョア(ストロベリー)			ジョア(ストロベリー) 焼売 ハム 鶏肉 厚揚げ 豆味噌 豚肉	ごはん 油 砂糖 春巻き 青じそドレッシング ごま カスタードブチケーキ ごま油	キャベツ 人参 きゅうり もやし 赤ピーマン 玉ねぎ ねぎ しょうが にんにく キムチ	796 26.1 26.0
17 (金)	A	肉包み揚げ <small>NEW</small> 野菜の豆腐よせ ひじきのツナマヨサラダ マカロニのバターしょうゆ炒め がんも煮			牛乳 かつお油漬け 肉包み 野菜の豆腐よせ あさり ひじき かにかま がんも	ごはん 油 砂糖 マカロニ マーガリン ごま マヨネーズ	小松菜 きゅうり コーン 人参 枝豆	860 26.3 32.0
	B	いわしのみぞれ煮 野菜の豆腐よせ ひじきのツナマヨサラダ マカロニのバターしょうゆ炒め がんも煮			牛乳 かつお油漬け がんも いわしのみぞれ煮 あさり 野菜の豆腐よせ ひじき かにかま	ごはん 油 砂糖 マカロニ マーガリン ごま マヨネーズ	小松菜 きゅうり コーン 人参 枝豆	819 27.2 30.2
20 (月)	A	カニクリームコロッケ かつおふりかけ 切干大根煮 豆腐焼売 小魚入りナムル			牛乳 しらす干し 豆腐焼売 カニクリームコロッケ 油揚げ かつおふりかけ 鶏肉 わかめ	ごはん 油 砂糖 ナムルドレッシング	切干大根 人参 きゅうり もやし	855 26.0 28.7
	B	海鮮焼きそば 切干大根煮 豆腐焼売 小魚入りナムル			牛乳 豆腐焼売 豚肉 えび かまぼこ 炒り玉子 油揚げ 鶏肉 わかめ しらす干し	ごはん 油 砂糖 焼きそば麺 ごま油 ナムルドレッシング	玉ねぎ キャベツ もやし 人参 切干大根 きゅうり	825 27.5 22.5

※毎日牛乳がつかます(牛乳の代わりに9日はアシドミルク、16日はジョアがつかます)

日	A B	主食	副食	デザート	主な食材			エネルギー たんぱく質 脂質
					体を作るもと	熱や力のもと	体の調子を整える	
21 (火)	A	豚肉のかりん揚げ ホイコーロー ポテトサラダ		杏仁豆腐	牛乳 豚肉 豆味噌 ベーコン	ごはん 油 砂糖 天ぷら粉 でんぶん ごま じゃがいも マヨネーズ 杏仁豆腐	キャベツ ピーマン ねぎ しょうが にんにく 人参	908 28.8 31.0
	B	照り焼きチーズハンバーグ ホイコーロー ポテトサラダ	食育授業 授業メニュー!		牛乳 ハンバーグ チーズ 豚肉 豆味噌 ベーコン	ごはん 砂糖 油 じゃがいも マヨネーズ 杏仁豆腐	キャベツ ピーマン ねぎ しょうが にんにく 人参	837 29.5 25.4
22 (水)	A	牛丼 チリコンカン かぼちゃグラタン		オレンジ	牛乳 牛肉 大豆 かつお油漬け チーズ	ごはん 砂糖 丸パン 油 砂糖 タルタルソース	玉ねぎ しらたき ねぎ トマト水煮 かぼちゃ パセリ オレンジ	809 31.1 25.8
	B	チキンタルタルバーガー (丸パン チキンカツ ゆでキャベツ タルタルソース) チリコンカン かぼちゃグラタン 海鮮大焼売	NEW		牛乳 チキンカツ 大豆 かつお油漬け チーズ 海鮮大焼売	ごはん 砂糖 タルタルソース	キャベツ 玉ねぎ トマト水煮 かぼちゃ パセリ	807 31.2 37.6
23 (木)	A	さばの味噌煮 ゆでもやし かにかまのサラダ にんじんしりしり		ごまだんご	牛乳 さば 豆味噌 合わせ味噌 かにかま かつお油漬け かつお粉	ごはん 砂糖 油 マヨネーズ ごまだんご	もやし キャベツ 人参 きゅうり えのきたけ	874 26.7 34.0
	B	若鶏の唐揚げ 豆ごはん かにかまのサラダ にんじんしりしり	食育授業 授業メニュー!		牛乳 鶏肉 かにかま かつお油漬け かつお粉	ごはん 油 砂糖 マヨネーズ ごまだんご	キャベツ 人参 きゅうり えのきたけ グリンピース	891 29.1 31.8
24 (金)	A	鶏ちゃん炒め 海藻サラダ ドレッシング きんぴらごぼう 鶏肉団子			牛乳 鶏肉 わかめ かにかま 竹輪 鶏肉団子 合わせ味噌	ごはん 油 砂糖 中華ドレッシング ごま ごま油	きゅうり コーン ごぼう 人参 こんにゃく キャベツ 玉ねぎ もやし ピーマン しょうが	778 28.8 24.1
	B	いわしフライ ソース 海藻サラダ ドレッシング きんぴらごぼう 鶏肉団子			牛乳 いわしフライ わかめ かにかま 竹輪 鶏肉団子	ごはん 砂糖 油 中華ドレッシング ごま ごま油	きゅうり コーン ごぼう 人参 こんにゃく	801 26.3 25.0
27 (月)	A	蒸し豚ロースのオニオンソースがけ 厚揚げと野菜のそぼろ煮 金時豆 コールスローサラダ ドレッシング			牛乳 豚肉 厚揚げ ハム	ごはん 砂糖 コールスロードレッシング 金時豆	大根 人参 グリンピース 玉ねぎ キャベツ	822 31.4 28.2
	B	いかの唐揚げ ポテトフライ 厚揚げと野菜のそぼろ煮 金時豆 コールスローサラダ ドレッシング			牛乳 いか 厚揚げ 豚肉 ハム	ごはん 油 砂糖 じゃがいも 金時豆 コールスロードレッシング	大根 人参 グリンピース 玉ねぎ キャベツ	843 26.2 27.4
28 (火)	A	ピリ辛フィッシュ 春雨サラダ ひじきの炒め煮 焼売	NEW		牛乳 カレイ ハム ひじき 大豆 竹輪 焼売	ごはん 油 砂糖 天ぷら粉 でんぶん ごま 春雨 和風ドレッシング	にんにく きゅうり 人参 椎茸 赤ピーマン	885 35.0 25.1
	B	照りマヨチキン 春雨サラダ ひじきの炒め煮 焼売			牛乳 鶏肉 ハム ひじき 大豆 竹輪 焼売	ごはん 砂糖 油 マヨネーズ 春雨 和風ドレッシング	玉ねぎ きゅうり 人参 赤ピーマン 椎茸	855 30.4 31.8
29 (水)	A	ブルコギ ジャーマンポテト チョレギサラダ	食育授業 授業メニュー!	フルーツ ミックス	牛乳 牛肉 ウインナー ベーコン 青海苔粉	ごはん 砂糖 ごま油 じゃがいも マーガリン チョレギサラダドレッシング	玉ねぎ ピーマン 人参 にんにく きゅうり ブロッコリー みかん缶 黄桃缶	789 29.3 22.7
	B	お好み揚げ かにかまの天ぷら ジャーマンポテト チョレギサラダ			牛乳 ベーコン 竹輪 いとよりすり身 かつお粉 青海苔粉 かにかま ウインナー	ごはん 油 天ぷら粉 じゃがいも マーガリン チョレギサラダドレッシング	キャベツ 紅生姜 きゅうり ブロッコリー 人参 みかん缶 黄桃缶	873 26.0 25.2
30 (木)	A	メンチカツ ソース おかかもやし コンコンサラダ ウインナーと野菜のケチャップ煮 きゅうりの漬物			牛乳 メンチカツ かつお粉 ウインナー 大豆 油揚げ	ごはん 砂糖 マカロニ 青じそドレッシング	玉ねぎ ピーマン 人参 トマト水煮 にんにく 大根 きゅうりの漬物 きゅうり 赤ピーマン コーン	855 26.2 26.2
	B	鶏ごぼう丼 コンコンサラダ きゅうりの漬物 スープ ウインナーと野菜のケチャップ煮			牛乳 鶏肉 ウインナー 大豆 油揚げ	ごはん 砂糖 ごま でんぶん マカロニ 青じそドレッシング	玉ねぎ 椎茸 大根 黄ピーマン トマト水煮 にんにく きゅうり 赤ピーマン コーン きゅうりの漬物	784 29.7 22.3
31 (金)	A	ひじきそぼろ 豆のサラダ スープ うま塩ごぼうチップス		フルーツ ヨーグルト	牛乳 豚肉 炒り玉子 ひじき 大豆 ヨーグルトソース	ごはん 砂糖 油 でんぶん マカロニ ナタデココ 天ぷら粉 青じそクリームドレッシング	人参 玉ねぎ 枝豆 にんにく しょうが きゅうり コーン ごぼう みかん缶 黄桃缶	873 28.1 31.4
	B	ホキのチーズパン粉焼き ピリヤニ ごまキャベツ 豆のサラダ スープ うま塩ごぼうチップス	ワールドランチ インドメニュー		牛乳 ホキ チーズ 大豆 ヨーグルトソース えび	ごはん 天ぷら粉 でんぶん 油 ごま マカロニ ナタデココ パン粉 青じそクリームドレッシング	キャベツ きゅうり コーン 枝豆 みかん缶 黄桃缶 ごぼう 人参 グリンピース	814 31.5 21.9

※桑名市のスクールランチを作っている調理場では、他施設の給食等も作っていることから、スクールランチでアレルギーとなる食材を使用していないでも調理工程(揚げ油、調理器具類等)で微量のアレルギーが混入する可能性があります。また、運搬中に仕切りを越えておかず同士が混ざる可能性もあります。そのため、「コンタミネーション※1の除去が必要」な方は微量の混入でも症状がでる危険性があるため、スクールランチの利用は不可とし、家庭からの弁当持参をお願いいたします。※1 食品の製造過程で、機械や器具から偶発的にアレルギーを引き起こす物質が混入してしまうこと。

予約・払込の締め切り
にご注意ください!

・マークシートでの注文は、4月15日(月)までです。給食費の払込を4月14日(日)までにお願ひします。
・5月1日(水)の注文はパソコン、スマートフォンでの予約の場合は、残高がある状態で4月24日(水)14時までです。給食費の払込は4月22日(月)までにお願ひします。
※連休中の5月3日~5月6日は、システムが停止するため、入金との反映が5月7日(火)以降になります。ご注意ください。

たのしみとほろるさと発見ランチ

1日(水)B ミントマト

桑名市長島産のミントマトです。

14日(火)B チンゲン菜と豆腐のごまみそスープ

チンゲン菜と豆腐のごまみそスープに使用しているチンゲン菜は桑名市長島産です。

給食費について

現在、ご負担いただいている給食費1食280円はその全てを食材料費に使用しています。近年、物価高騰による食品の値上がりを受け、食材料費にも影響が出ているため、令和6年度は1食50円を国と市が負担し1食330円の給食を提供します。

ワールドランチ(インド)

世界各国の料理を給食で取り入れたワールドランチを実施しています。31日(金)は、インドメニューです。インドの正式名称はインド共和国で首都はニューデリーです。B:ピリヤニはインドの炊き込みご飯で、カレーピラフのような味わいです。AB:豆のサラダ、フルーツヨーグルトはインドでよく食べられている、豆料理、乳製品の料理を意識して取り入れました。菜食主義の方にとって、豆や乳製品は貴重なたんぱく質源です。