

令和5年度 4月 予定献立

塩竈市立玉川中学校

日	曜	主食	牛乳	おかず	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	たんぱく質 脂質 食塩相当量	
10	月	始業式（お弁当の日）							
11	火	入学式（給食・お弁当はありません。）							
12	水	ミルクパン	○	ジュリアンスープ 和風おろしハンバーグ お祝いクレープ	牛乳,ベーコン,ハンバーグ	パン,三温糖	キャベツ,にんじん,玉ねぎ,だいこん,えのき,だいこん,こねぎ	819 kcal 27.6 g 35.5 g 3.4 g	
13	木	ご飯	○	だんご汁 さばのみそ煮 アセロラゼリー	牛乳,さば味噌煮	ごはん,白玉団子,じゃがいも	だいこん,にんじん,舞茸,えのき,白菜	840 kcal 28.1 g 19.6 g 2.0 g	
14	金	ご飯	○	中華春雨スープ 小籠包（1人3個） バックしょうゆ	牛乳,肉団子,豚肉,小籠包	ごはん,春雨	もやし,にんじん,えのき	814 kcal 20.1 g 23.6 g 2.9 g	
17	月	ご飯	○	ポークカレー フルーツポンチ	牛乳,豚肉	ごはん,じゃがいも,油,白玉団子	玉ねぎ,にんじん,ほうれん草,もも,パイナップル,みかん	800 kcal 22.7 g 18.9 g 2.3 g	
18	火	メロンパン	○	星のマカロニスープ 肉団子トマトソース（1人3個） ポイルキャベツ	牛乳,ベーコン	パン,マカロニ,じゃがいも,油	玉ねぎ,にんじん,キャベツ	882 kcal 29.9 g 40.7 g 2.0 g	
19	水	ご飯	○	せんべい汁 チキンナゲット（1人3個）	牛乳,鶏肉,油揚げ,チキンナゲット	ごはん,油	舞茸,長ねぎ,にんじん,だいこん,ごぼう	840 kcal 26.9 g 33.8 g 1.7 g	
20	木	食パン	○	いちごジャム ポトフ ツナサラダ カスタードプリン	牛乳,ウインナー,ツナフレーク	食パン,じゃがいも,オリーブ油,カスタードプリン	いちごジャム,だいこん,にんじん,キャベツ,白菜,玉ねぎ,とうもろこし	826 kcal 23.5 g 24.6 g 3.3 g	
21	金	ご飯	○	豚キムチ汁 国産野菜春巻き（1人2本） みかんゼリー	牛乳,豚肉,豆腐	ごはん,じゃがいも,こんにゃく,油,みかんゼリー	しめじ,もやし,白菜,白菜キムチ,長ねぎ,にんじん	838 kcal 24.4 g 27.9 g 1.6 g	
24	月	チョコチップパン	○	コンソメスープ 照り焼きチキン	牛乳,ベーコン,照り焼きチキン	パン,じゃがいも	にんじん,玉ねぎ,キャベツ	830 kcal 28.8 g 33.5 g 2.9 g	
25	火	ご飯	○	豆麩の味噌汁 アジフィーレフライ 果物(オレンジ)	牛乳,豆腐,みそ,アジフライ	ごはん,焼きふ,里芋,油	にんじん,だいこん,長ねぎ,しめじ,オレンジ	833 kcal 27.1 g 27.5 g 2.2 g	
26	水	米粉パン	○	クリームシチュー 海藻サラダ	牛乳,鶏肉,むきえび	パン,じゃがいも,油,でん粉,三温糖	ブロッコリー,にんじん,玉ねぎ,マッシュルーム,きゅうり,もやし	741 kcal 34.6 g 23.8 g 3.3 g	
27	木	ご飯	○	あさりのスープ 回鍋肉	牛乳,あさり,豆腐,豚肉	ごはん,油,でん粉,上白糖	にんじん,だいこん,長ねぎ,キャベツ,青ピーマン,玉ねぎ	994 kcal 30.5 g 20.2 g 1.8 g	
28	金	おいなりさん （1人2個）	○	ミルメーク ぶたにくと葱のつけ汁 ボンデーナツ	牛乳,豚肉,油揚げ	おいなりさん,油,冷凍うどん,ボンデーナツ	長ねぎ,にんじん,えのきたけ,舞茸	803 kcal 23.7 g 33.3 g 1.9 g	
30	日	体育祭							

※都合により献立を変更する場合があります。

<お知らせとお願い>

☆ 給食回数・給食費について

令和5年度の給食は1食360円で、1・2年生は169回、3年生は160回実施する予定です。

☆ 給食の停止と返金について

入院などによる長期欠席で、連続5日以上給食を食べない場合は、給食を停止することができます。分かり次第担任までご連絡ください。なお、返金は年度末に行います。

☆ 給食着について

クラスで係になった人は、毎週金曜日に家に持ち帰り、洗濯をし、アイロンをかけて、月曜日に忘れず持って来るようにしてください。忘れるとクラスの準備に迷惑がかかります。また紛失した場合には弁償していただくこともありますのでご了承ください。

☆ 給食費の振込みについて

給食費は、6月から1月までご家庭の口座より引き落としとなります。引き落としの時に残金がないと自動的に未納となりますので、ご注意いただくと共にご確認をお願いいたします。円滑に給食が運営できますようにご協力をよろしくお願いいたします。