

※写真はイメージです。予定献立は内容を一部変更する場合があります。
※特定原材料及び特定原材料に準ずるものを使用したり、加工食品の原材料として使用している場合は「●」を表示しています。
※揚げ油を使用しており、同じ油で別の食材を調理しているため、アレルギー物質が揚げ油に溶出もしくは混入している可能性がある場合に「△」と表示しています。

毎日、牛乳(200ml)が付きます。

給食のときはおはしを忘れずに!

スプーンがあると食べやすい日は注意! スプーンマークを表示します。

4月 中学校給食予定献立表

堺市中学校給食の献立内容

中学校給食は、民間の調理場で調理し、お弁当箱形式で学校へ配送します。「保温カート」を使うことで、ご飯や温かいおかずは温かいまま、冷たいおかずは冷たいまま、おいしく食べることができます。
献立は、中学校の栄養教諭と堺市の管理栄養士が作成しています。食材は、堺市学校給食協会が発注し、特に安全面を考慮した条件をクリアした学校給食用のものが選ばれています。
中学校給食は、安全、安心、栄養バランスのよさに加え、主食の量を、標準、大盛、小盛から選ぶことができ、みなさんのそれぞれの喫食状況に合わせることができるよさもあります。

【副食】 温かいおかず2品

【主食(ご飯・パン)】 標準・大盛・小盛から選べます。 [パンは月2回程度]

【その他】 ソース・ドレッシング・デザート等 (学期に数回)



【牛乳(200ml)】 良質なたんぱく質・カルシウムをとることができます。

【副食】 冷たいおかず2品 または汁物

【汁物】 冷たいおかずに代わって

Table with 5 columns and 5 rows of school lunch menus. Each row contains a date, menu items, a photo of the lunch tray, and nutritional information (Energy, Protein, Fat) with allergen markers (●, △).

昭和の日

中学生アイデア料理

テーマ: 「私が紹介したい『和食の料理』」

○予約の前に支払いが必要です。
※コンビニエンスストア又は給食予約システムからクレジットカードでお支払いください。
○予約は1か月単位です。
※パソコン・携帯電話での予約の締め切りは前月20日です。
※マークシートでの予約の締め切りは前月10日です。
○「ずっと予約」「クレジット自動支払い」を利用すると、予約忘れの心配がなくなるため便利です。

令和3年度に実施した「中学校給食料理コンテスト」で優秀作品に選ばれた献立が、令和4年度の給食献立に採用されます。
5月以降も続々とアイデア料理が登場します。お楽しみに!

15日(金) 鶏じゃが

晴美台中学校の生徒のアイデアです。肉じゃがの肉を鶏肉にして、食材によく味が染み込むように調理します。



春野菜

旬の時期に食べる野菜はおいしく、栄養も豊富です。給食でも新キャベツや新じゃがいもなどの春野菜を取り入れていますので、たくさん味わってくださいね。

