


平成30年7月

和歌山市中学校給食献立表



- ・毎週水曜日はパンの日となっています。
- ・給食日には、おはしを各自持ってきてください。なお、マークの付いている日は、おはしに加えてスプーンも持ってきてください。
- ・日付の横に主食・牛乳・副食の総エネルギー量を、献立名の横には各々のエネルギー量を示しています。
- ・献立に使用する食材は、天候等により変更する場合があります。
- ・献立表に記載されていても、学校行事などにより給食を実施しない場合があります。
- ・学校行事等によって申込方法欄にある給食申込期間、振込期間等が変更になる場合、別途学校から連絡がありますので、その指示に従って申込み等を行ってください。

<p>2日(月)845kcal</p> <p>麦ご飯:392kcal 夏野菜カレー:127kcal 鶏肉、なす、かぼちゃ、玉ねぎ、オリーブ油、塩、こしょう(白)、ウスターソース、醤油(淡)、にんにく、しょうが、カレールウ、ホールトマト、ローリエ 野菜炒め:50kcal 豚肉、キャベツ、人参、しいたけ、緑豆もやし、ピーマン、大豆油、塩、こしょう(黒)、醤油(濃)、固形コンソメ パブリカサラダ:71kcal ピーマン(赤・黄)、きゅうり、塩、こしょう(白)、マヨネーズ、固形コンソメ マッシュポテト:45kcal じゃがいも、スイートコーンホール、牛乳、有塩バター、塩、こしょう(白)、固形コンソメ いんげんのゴマ和え:21kcal さやいんげん、ごま、砂糖、醤油(淡)、塩</p>	<p>3日(火)842kcal</p> <p>鶏肉のからあげ:180kcal 鶏肉、唐揚げ粉、小麦粉、揚げ油、ブロッコリー、バターオイル 冷やし中華:82kcal 中華めん、緑豆もやし、きゅうり、人参、焼き豚、冷やし中華のたれ(醤油) 小松菜の和え物:29kcal 小松菜、えのきたけ、しらす干し、砂糖、米酢、醤油(濃・淡)、ごま油、みりん、酒 かぼちゃのだし煮:18kcal かぼちゃ、かつお節、醤油(淡)、みりん、砂糖</p>	<p>4日(水)809cal</p> <p>キャベツと肉団子の煮物:147kcal 肉団子、玉ねぎ、キャベツ、しめじ、固形コンソメ、塩、こしょう(白)、ぶどう酒(赤) コロケ:105kcal コロケ、揚げ油、スパゲティ、ケチャップ、オリーブ油、ウスターソース 大根サラダ:30kcal 人参、大根、わかめ、醤油(淡)、米酢、砂糖、大豆油、からし、ごま パン:21kcal</p>	<p>5日(木)913kcal</p> <p>チキン南蛮:244kcal 鶏肉、塩、こしょう(白)、酒、片栗粉、醤油(濃・淡)、揚げ油、卵、米酢、砂糖、ブロッコリー、タルタルソース 厚揚げと野菜の煮物:81kcal 厚揚げ、れんこん、人参、さやいんげん、しいたけ、砂糖、みりん、醤油(濃・淡)、かつお節 もやしの酢の物:23kcal 緑豆もやし、きゅうり、えび、醤油(濃)、米酢、砂糖、ごま油 ごまじゃこのふりかけ:34kcal かえりじゃこ、ごま、砂糖、醤油(淡)、かつお節</p>	<p>6日(金)783kcal</p> <p>白身魚のゴマ味噌だれ:176kcal 白身魚、酒、片栗粉、小麦粉、揚げ油、米みそ(赤)、砂糖、みりん、醤油(濃)、ごま、キャベツ、大豆油 チンゲン菜の炒め物:12kcal チンゲンサイ、まいたけ、醤油(淡)、こしょう(白)、かき油、ガラスープの素、ごま油 白菜のお浸し:10kcal 白菜、しめじ、小松菜、かつお節、醤油(淡) ブロッコリーのツナマヨ和え:55kcal ブロッコリー、ツナ、マヨネーズ、ごま油、ごま</p>
<p>9日(月)990kcal</p> <p>麦ご飯:392kcal 親子丼(汁物):147kcal 卵、鶏肉、玉ねぎ、大豆油、砂糖、醤油(淡)、酒、かつお節 揚げ餃子:181kcal 餃子、揚げ油、緑豆もやし、にら、人参、塩、こしょう(白)、固形コンソメ、大豆油 夏野菜の炒め物:99kcal ウインナー、なす、揚げ油、玉ねぎ、ピーマン、大豆油、塩、こしょう(黒)、中華スープの素 きのこのうま煮:18kcal しめじ、エリンギ、キャベツ、大豆油、塩、こしょう(白)、醤油(淡)、砂糖、酒 黄桃:17kcal</p>	<p>10日(火)769kcal</p> <p>豚肉のしょうが焼き:166kcal 豚肉、玉ねぎ、酒、塩、こしょう(白)、しょうが、みりん、醤油(濃)、砂糖、大豆油、キャベツ 小松菜のピーナッツ炒め:41kcal 小松菜、人参、落花生、ごま、塩、砂糖、醤油(濃)、大豆油 もやしナムル:16kcal ほうれん草、緑豆もやし、ごま油、米酢、砂糖、醤油(濃) こんにゃくのみそ田楽:12kcal こんにゃく、米みそ(赤)、酒、みりん、砂糖、唐辛子、ごま、こねぎ菜</p>	<p>11日(水)900kcal</p> <p>ライ麦パン:358kcal チキンカツ:172kcal チキンカツ、揚げ油、とんかつソース、緑豆もやし、バターオイル ミートスパゲティ:129kcal スパゲティ、豚ひき肉、しょうが、オリーブ油、玉ねぎ、人参、デミグラスソース、ケチャップ、ピューレー、塩、こしょう(白) ポテトの海苔塩揚げ:82kcal じゃがいも、小麦粉、あおのり、揚げ油、塩 キャベツのバターコンソメ炒め:21kcal キャベツ、まいたけ、無塩バター、固形コンソメ、醤油(淡)、こしょう(黒)、オリーブ油、塩</p>	<p>12日(木)957kcal</p> <p>豚肉のアンダレス:217kcal 豚肉、塩、こしょう(白)、片栗粉、揚げ油、ケチャップ、ウスターソース、砂糖、スパゲティ れんこんサラダ:67kcal れんこん、きゅうり、ひじき、砂糖、米酢、ごま、大豆油、醤油(淡)、塩 野菜ソテー:58kcal キャベツ、人参、さやいんげん、スイートコーンホール、ウインナー、塩、大豆油、こしょう(白)、醤油(淡) 揚げ大豆の甘辛:84kcal 大豆、片栗粉、揚げ油、醤油(濃)、砂糖、みりん</p>	<p>13日(金)805kcal</p> <p>白身魚のピリ辛揚げ:159kcal 白身魚、塩、酒、小麦粉、片栗粉、揚げ油、しょうが、米酢、醤油(濃)、砂糖、ごま油、みりん、米みそ(赤)、トウバンジャン、ブロッコリー フルーツポンチ:37kcal みかん、もも、パインアップル、寒天 野菜の胡麻ドレッシング:24kcal キャベツ、きゅうり、スイートコーンホール、ウインナー、胡麻ドレッシング(小袋) うずら卵のいり煮:54kcal うずら卵、酒、醤油(濃)、みりん、砂糖</p>
<p>16日(月)海の日</p> 	<p>17日(火)958kcal</p> <p>豚肉の野菜炒め:196kcal 豚肉、玉ねぎ、人参、さやいんげん、大豆油、塩、こしょう(白)、ウスターソース、醤油(淡)、ガラスープの素 えびチリソース:181kcal えびフリッター、こねぎ菜、揚げ油、砂糖、チリソース、ケチャップ、トウバンジャン ブロッコリーとコーンの和え物:31kcal ブロッコリー、スイートコーンホール、砂糖、醤油(濃)、胡麻ドレッシング(小袋) 昆布の佃煮:19kcal 昆布、みりん、砂糖、醤油(淡)、酒、ごま</p>	<p>18日(水)846kcal</p> <p>牛肉のマスタードソテー:211kcal 牛肉、塩、こしょう(白)、玉ねぎ、ピーマン、人参、マスタード、ぶどう酒(白)、固形コンソメ、有塩バター、オリーブ油 竹輪のアーモンド揚げ:84kcal 竹輪、アーモンド、小麦粉、揚げ油 キャベツとまいたけの炒めナムル:29kcal キャベツ、まいたけ、スイートコーンホール、ごま、ごま油、ガラスープの素、にんにく、塩、こしょう(白)、醤油(淡) みかん:16kcal</p>	<p>19日(木)905kcal</p> <p>麦ご飯:392kcal 酢豚:295kcal 豚肉、しょうが、酒、醤油(濃)、片栗粉、揚げ油、人参、玉ねぎ、たけのこ、しいたけ、大豆油、ガラスープの素、ケチャップ、砂糖、米酢 じゃがいものカレー煮:52kcal じゃがいも、しめじ、さやいんげん、大豆油、カレー粉、砂糖、醤油(淡)、みりん ほうれん草のお浸し:16kcal ほうれん草、緑豆もやし、かつお節、醤油(濃・淡)、砂糖 大根の梅和え:11kcal 大根、みずな、梅肉、砂糖、醤油(淡)、かつお節</p>	<p>20日(金)943kcal</p> <p>チーズハンバーグ:222kcal ハンバーグ、玉ねぎ、デミグラスソース、とんかつソース、ケチャップ、砂糖、ホールトマト、固形コンソメ、無塩バター、プロセスチーズ、スパゲティ、塩、こしょう(黒)、バジル ジャージャー麺:136kcal 中華めん、ごま油、豚ひき肉、こねぎ菜、しょうが、たけのこ、しいたけ、米みそ(赤)、酒、砂糖、トウバンジャン、ガラスープの素、緑豆もやし、きゅうり 小松菜の和え物:34kcal 小松菜、切干し大根、えのきたけ、しらす干し、砂糖、米酢、醤油(濃・淡)、ごま油、みりん、酒 ブロッコリーのごま酢:16kcal ブロッコリー、ごま、砂糖、米酢、醤油(淡)、からし</p>

⚠ 注意事項

- アレルギーをお持ちのお子さんの保護者さんは、献立表裏面のアレルギー特定原材料一覧表を熟読のうえ、お子さんの給食申込みの可否を判断してください。その上で、万一お子さんが給食によってアレルギー反応を起こされたとしても、和歌山市教育委員会及び学校は、それによって生じるいかなる責任も負いません。
- 給食申込み等の個人情報は、中学給食調理配送等業務の委託業者に提供され、中学校給食の申込受付、納付確認、統計処理の目的にのみ使用されます。給食を申し込んだ生徒の保護者さんは、委託業者への個人情報提供に同意したものとみなします。

給食費を返金できない場合

- ・インフルエンザ等によって学級閉鎖を決定した当日
- ・気象警報が当日午前6時を過ぎて発令されたとき
- ・個人的な理由によるキャンセルは原則不可

申込方法

給食を申し込まれる生徒保護者様へ

ただし、振込手数料・自動払込手数料は返金されません。

※①給食申込みの時点で、生活保護又は就学援助に認定されていたご家庭で、申し込んだ給食月(生徒が既に給食を食べている場合も含む)の生活保護が廃止された、又は就学援助の認定が取り消された場合、廃止又は取り消された期間の給食費を自費で納付していただく必要があります。そのときは早急に学校へ連絡をおこない、学校の指示に従って必ずその給食費を納付してください。

※②給食を申し込んだ生徒さんに後日、学級担任が振込用紙を配布します。配布された振込用紙を用いて、振込期間内にゆうちょ銀行で当月の給食費(1か月分)を振込んでください

※③自動払込み(自動引落し)を利用している方は、自動払込日前日(前日が土日祝の場合直前の平日)までに、当月の給食費(1か月分)と自動払込手数料(10円)を口座に入金してください。

※④振込手数料及び自動払込手数料は保護者負担となります。

※⑤振込期間内の振込み又は自動払込日の自動払込みを確認できなかった場合、給食申込みは取消しとなります。

※⑥生活保護、就学援助対象のご家庭には給食費が援助されますが、給食申込みは必要です。

※⑦給食申込みの時点で、生活保護又は就学援助に認定されなかったご家庭が後日、生活保護又は就学援助に認定された場合、その期間のすでに支払っている給食費は、学校を通じて返金されます。

給食申込票(7月分)

中学校名	学年	組	出席番号	生徒氏名
中学校	年	組		(フリガナ)

※①給食を申し込む方は上の欄に必要な事項を記入し、申込期間内に学級担任に渡してください。
※②給食を申し込まない方は提出の必要はありません。

