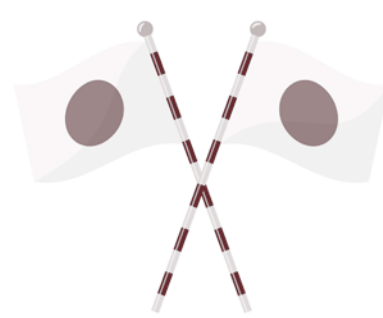
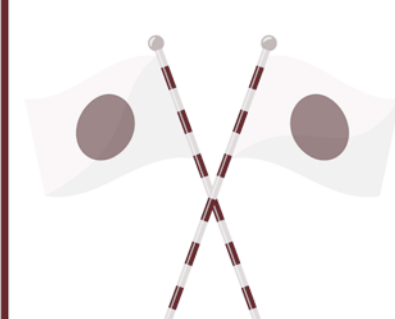


令和2年2月

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。・2月3日は「節分」の献立です。
- ・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み方法欄の右下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。

3日(月)875kcal 麦ご飯:392kcal 麩のすまし汁 :19kcal 麩、しいたけ、ほうれん草、かつお節、昆布、醤油(淡)、みりん そぼろ煮 :167kcal 豚肉、牛肉、しょうが、大豆油、じゃがいも、人参、さやいんげん、砂糖、醤油(濃) いわし揚げ :112kcal いわしの揚げ物、揚げ油、塩 昆布和え :9kcal チンゲンサイ、白菜、醤油(淡)、みりん、塩昆布 煮豆 :37kcal 大豆、大根、こんにゃく、醤油(淡)、塩、砂糖、みりん	4日(火)902kcal 麦ご飯:392kcal 豚肉のアンダレス :254kcal 豚肉、塩、こしょう(白)、片栗粉、小麦粉、揚げ油、ケチャップ、ウスターソース、砂糖、キャベツ、スイートコーンホール、大豆油 ほねくと大根の煮つけ :89kcal ほねく、大根、人参、かつお節、醤油(濃)、砂糖、みりん、大豆油 チンゲン菜のごま風味 :12kcal チンゲンサイ、ぶなしめじ、塩、こしょう(白)、かき油、ガラスープの素、ごま油 グレープフルーツ :18kcal	5日(水)966kcal ジビエポタージュ :159kcal ジビエソーセージ、じゃがいも、玉ねぎ、牛乳、パセリ、クリームコーン、ポタージュの素、塩、こしょう(白)、クリームシチュールー チキンバーガー :196kcal チキンカツ、揚げ油、タルタルソース、キャベツ、塩 和風スパゲティ :64kcal スパゲティ、塩、ハム、ピーマン、大豆油、こしょう(白)、醤油(濃)、みりん フラワーサラダ :26kcal カリフラワー、ブロッコリー、ごま、砂糖、醤油(淡)、米酢 ほうれん草のバターコンソメ炒め :14kcal ほうれん草、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	6日(木)952kcal 鮭の唐揚げ :213kcal 鮭、酒、唐揚げ粉、小麦粉、揚げ油、ウインナー、キャベツ、ピーマン、大豆油、醤油(淡)、塩、こしょう(白) こまつなのソテー :28kcal こまつな、スイートコーンホール、人参、こしょう(白)、大豆油、無塩バター、醤油(淡・濃) えびチリソース :138kcal えびフリッター、揚げ油、玉ねぎ、大豆油、根深ねぎ、チリソース、ケチャップ、砂糖、トウバンジャン さつまいものだし煮 :41kcal さつまいも、かつお節、醤油(淡)、みりん、砂糖	7日(金)905kcal 麦ご飯:392kcal 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 あなかけシューマイ :156kcal しゅうまい、揚げ油、玉ねぎ、ピーマン、大豆油、砂糖、みりん、醤油(淡)、片栗粉 ひじき煮 :33kcal ひじき、人参、グリーンピース、砂糖、醤油(濃)、大豆油、かつお節 かぼちゃのおかかまぶし :20kcal かぼちゃ、醤油(淡)、みりん、砂糖、かつお節
10日(月)860kcal 玉子丼(汁物) :100kcal 卵、玉ねぎ、ぶなしめじ、かまぼこ、大豆油、砂糖、醤油(淡)、酒、かつお節 とり天とさつまいもの天ぷら :164kcal 鶏肉、さつまいも、卵、小麦粉、揚げ油、塩、昆布茶 根菜金平 :33kcal れんこん、さやいんげん、こんにゃく、ごま、醤油(濃)、砂糖、みりん、ごま油 三色ひたし :20kcal 人参、ほうれん草、白菜、砂糖、醤油(淡)、かつお節 大根の梅和え :9kcal 大根、梅肉、砂糖、醤油(淡)	11日(火)建国記念の日 	12日(水)865kcal 米粉パン :366kcal ポパイスープ :48kcal ほうれん草、ぶなしめじ、大豆油、牛乳、塩、こしょう(白)、クリームコーン、ポタージュの素、固形コンソメ 白身魚のマスタードソース :193kcal 白身魚、玉ねぎ、大豆油、マヨネーズ、マスタード、醤油(淡)、塩、酒、片栗粉、小麦粉、揚げ油、こまつな、こしょう(白)、固形コンソメ ビーフン炒め :78kcal ビーフン、ベーコン、チンゲンサイ、玉ねぎ、人参、ピーマン、大豆油、醤油(淡)、ガラスープの素、こしょう(白) カラフルピクルス :24kcal カリフラワー、きゅうり、ピーマン(赤)、オリーブ油、塩、こしょう(白)、砂糖、米酢、醤油(淡) りんご :17kcal	13日(木)845kcal 豚肉の野菜炒め :190kcal 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) ちくわの磯辺揚げ :83kcal 竹輪、青のり、小麦粉、揚げ油 ブロッコリーとコーンの和え物 :28kcal 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 こんにゃくのみそ田楽 :12kcal こんにゃく、みそ(赤)、酒、みりん、砂糖、唐辛子、ごま、こねぎ	14日(金)950kcal コンソメスープ :7kcal ぶなしめじ、白菜、さやいんげん、塩、こしょう(白)、固形コンソメ コロケ :205kcal コロケ、揚げ油、スパゲティ、大豆油、塩、こしょう(黒)、ブロッコリー ミートボール :98kcal ミートボール、玉ねぎ、オリーブ油、ホールのトマト、固形コンソメ、ローリエ、ケチャップ、砂糖、ウスターソース 大根サラダ :22kcal 人参、大根、わかめ、醤油(淡)、米酢、砂糖、大豆油、からし粉 揚げ大豆の甘辛 :84kcal 大豆、片栗粉、揚げ油、醤油(濃)、砂糖、みりん
17日(月)929kcal わかめスープ :10kcal わかめ、えのきたけ、塩、こしょう(白)、中華スープの素 エビフライ :297kcal エビフライ、揚げ油、じゃがいも、無塩バター、スイートコーンホール、大豆油、塩、パセリ、こしょう(白・黒)、タルタルソース、スパゲティ 大根のそぼろあなかけ :52kcal 鶏ひき肉、大根、しょうが、しいたけ、大豆油、砂糖、酒、塩、こしょう(白)、醤油(淡)、片栗粉 カレーソテー :24kcal キャベツ、人参、玉ねぎ、大豆油、塩、カレー粉、こしょう(白) みかん :14kcal	18日(火)885kcal 豚肉のバーベキューソース :228kcal 豚肉、しょうが、酒、小麦粉、片栗粉、揚げ油、りんごビニール、レモン果汁、玉ねぎ、ピーマン、デミグラスソース、砂糖、ケチャップ、ウスターソース、ブロッコリー、塩 春雨の和え物 :33kcal 春雨、こまつな、人参、砂糖、ごま油、醤油(濃)、こしょう(白)、ごま 大根ときゅうりの三杯酢 :34kcal 切干大根、かつお節、砂糖、醤油(淡・濃)、きゅうり、昆布、米酢 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	19日(水)876kcal キャベツと肉団子の煮物(汁物) :34kcal 玉ねぎ、キャベツ、人参、ぶなしめじ、固形コンソメ、塩、こしょう(白)、ぶどう酒(赤)、醤油(淡)、片栗粉 キャベツと肉団子の煮物(おかず) :174kcal 肉団子、揚げ油 ジャーマンポテト :99kcal じゃがいも、ベーコン、パセリ、塩、こしょう(白)、大豆油 野菜のゆず風味 :19kcal 白菜、こまつな、スイートコーンホール、ゆず果汁、米酢、醤油(濃)、砂糖 ごぼうフライ :41kcal ごぼう、片栗粉、小麦粉、塩、揚げ油、しょうが、にんにく、醤油(濃)、酒	20日(木)879kcal 鯖の竜田揚げ :260kcal 鯖、しょうが、にんにく、醤油(淡・濃)、みりん、酒、片栗粉、揚げ油、キャベツ、スイートコーンホール、大豆油、塩、こしょう(白) ごま和え :44kcal こまつな、人参、ごま、醤油(濃)、砂糖、米酢 もやしの酢の物 :23kcal 緑豆もやし、きゅうり、干しえび、醤油(濃)、米酢、砂糖、ごま油 こんにゃくのピリ辛炒め :20kcal こんにゃく、ごま油、米酢、醤油(濃)、砂糖、唐辛子、かつお節	21日(金)954kcal 玄米ご飯 :394kcal カレーライス :115kcal 豚肉、しょうが、にんにく、塩、こしょう(白)、大豆油、じゃがいも、玉ねぎ、人参、固形コンソメ、カレールウ、脱脂粉乳、ローリエ 白身魚フライ :205kcal 白身魚フライ、揚げ油、タルタルソース、カットコーン、塩 フルーツミックス :60kcal もも、みかん、りんご、パイナップル、砂糖 茎わかめの和え物 :21kcal 茎わかめ、こまつな、大豆油、砂糖、米酢、醤油(淡)、塩、からし粉 福神漬 :20kcal
24日(月)振替休日 	25日(火)975kcal 酢豚(汁物) :82kcal 玉ねぎ、人参、たけのこ、ピーマン、しいたけ、大豆油、ガラスープの素、ケチャップ、砂糖、醤油(濃)、酒、米酢、片栗粉 酢豚(おかず) :217kcal 豚肉、しょうが、酒、醤油(濃)、片栗粉、揚げ油 チンゲン菜とベーコンの炒め物 :57kcal チンゲンサイ、ベーコン、えのきたけ、塩、こしょう(白)、醤油(淡)、ガラスープの素、大豆油 マカロニサラダ :70kcal マカロニ、きゅうり、スイートコーンホール、砂糖、オリーブ油、塩、こしょう(白)、マヨネーズ、醤油(淡) 昆布の佃煮 :19kcal 昆布、みりん、砂糖、醤油(淡)、酒、ごま	26日(水)970kcal コーンシチュー :89kcal ベーコン、玉ねぎ、パセリ、ぶなしめじ、スイートコーンホール、固形コンソメ、クリームシチュールー、牛乳、大豆油 グリルドチキン :224kcal 鶏肉、塩、こしょう(白・黒)、ウインナー、ピーマン(赤・黄)、大豆油、ほうれん草 フライドポテト :79kcal じゃがいも、片栗粉、揚げ油、粉チーズ、塩 キャロットラペ :49kcal 人参、キャベツ、塩、米酢、オリーブ油、砂糖、こしょう(黒) 黄桃 :21kcal	27日(木)852kcal 白身魚のピリ辛揚げ :167kcal 白身魚、塩、酒、小麦粉、片栗粉、揚げ油、しょうが、米酢、砂糖、ごま油、みりん、みそ(赤)、トウバンジャン、じゃがいも、こしょう(白)、醤油(濃) あげたま煮 :115kcal 油揚げ、卵、玉ねぎ、人参、こねぎ、砂糖、醤油(淡)、片栗粉、かつお節 ごぼうの甘酢和え :22kcal ごぼう、きゅうり、米酢、塩、砂糖、醤油(淡) いんげん豆のごま煮 :17kcal さやいんげん、ごま、塩、砂糖、醤油(濃)、かつお節	28日(金)911kcal ブルコギ :215kcal 牛肉、玉ねぎ、根深ねぎ、しょうが、にんにく、砂糖、醤油(濃)、ごま油、ごま 竹輪の南部揚げ :83kcal 竹輪、ごま、小麦粉、揚げ油、塩 ナムル :24kcal ほうれん草、緑豆もやし、人参、ごま油、砂糖、醤油(濃) パブリカ炒め :56kcal ピーマン(赤)、ピーマン、ベーコン、大豆油、塩、こしょう(白)、マヨネーズ、固形コンソメ

- ### ⚠ 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。
 - 給食申込者等の個人情報、それによって生じるいかなる責任も負いません。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

 - ※①申込期間内に生徒さんを通じて、左下の給食申込書を学級担任にお渡しください。申込期間を過ぎると、その月の給食申込みを受け付けることができません。
 - ※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てい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。

キリトリ

給食申込票(2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。

2月分の給食申込期間、振込期間および自動払込日

申込期間	12/13(金)～12/20(金)
振込期間	1/7(火)～1/14(火)
自動払込日	1/14(火)

