


# 令和2年4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。
- ・4月16日は「入学おめでとう」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。

16日(木)891kcal

- カレーライス**:129kcal  
豚肉、しょうが、にんにく、塩、ローリエ、こしょう(白)、大豆油、じゃがいも、玉ねぎ、人参、固形コンソメ、脱脂粉乳、カレールウ
- 焼き鳥**:115kcal  
鶏肉、根深ねぎ、塩、こしょう(黒・白)、大豆油、酒、醤油(濃)、みりん、キャベツ、ピーマン(赤)
- 中華サラダ**:35kcal  
緑豆もやし、きゅうり、ひじき、ごま油、人参、ごま、砂糖、米酢、醤油(淡)
- フルーツポンチ**:25kcal  
みかん、もも、パインアップル、寒天
- 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、ごま油

17日(金)872kcal

- 煮込みハンバーグ**:176kcal  
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、バジル、無塩バター、スパゲティ、塩、こしょう(黒)
- 野菜のレモン風味**:18kcal  
キャベツ、きゅうり、レモン果汁、砂糖、醤油(淡)
- ジャーマンポテト**:88kcal  
じゃがいも、ベーコン、パセリ、塩、こしょう(白)、大豆油
- うずら卵の醤油漬け**:60kcal  
うずら卵、酒、醤油(濃)、みりん、砂糖、ガラスープの素

20日(月)853kcal

- タンドリーチキン**:180kcal  
鶏肉、大豆油、塩、ケチャップ、こしょう(白)、ヨーグルト、カレー粉、緑豆もやし、固形コンソメ、醤油(淡)
- ちくわの磯辺揚げ**:83kcal  
竹輪、あおのり、小麦粉、揚げ油
- 大根ときゅうりの三杯酢**:32kcal  
きゅうり、人参、切干し大根、昆布、砂糖、醤油(淡・濃)、かつお節、米酢
- ちりめんこんにやく**:24kcal  
じゃこ、ピーマン、こんにやく、ごま、大豆油、砂糖、醤油(淡)

21日(火)905kcal

- エビマヨ**:252kcal  
えびフリッター、揚げ油、マヨネーズ、ケチャップ、ヨーグルト、水あめ、ブロッコリー、キャベツ
- 春雨の炒めもの**:72kcal  
春雨、人参、しいたけ、玉ねぎ、ごま油、緑豆もやし、醤油(淡)、砂糖、酒、塩、こしょう(白)
- 小松菜のゴマ和え**:27kcal  
小松菜、白菜、ごま、醤油(淡)、かつお節、砂糖
- 梅干しのハチミツ煮**:21kcal  
梅干し、はちみつ

22日(水)880kcal

- 黒糖パン**:378kcal
- 豚肉のりんごソース**:222kcal  
豚肉、しょうが、酒、小麦粉、片栗粉、揚げ油、りんごピューレ、レモン果汁、玉ねぎ、デミグラスソース、塩、ケチャップ、ウスターソース、キャベツ
- 卵の炒めもの**:67kcal  
卵、玉ねぎ、ほうれん草、ぶなしめじ、人参、大豆油、醤油(淡)、みりん、ごま油、塩、こしょう(白)
- もやしとピーマンの和えもの**:56kcal  
緑豆もやし、ピーマン、ベーコン、醤油(濃)、米酢、砂糖、ごま油
- ブロッコリーのピーナツ和え**:19kcal  
ブロッコリー、塩、砂糖、米酢、醤油(淡)、ピーナツ、無塩バター

23日(木)914kcal

- 中華スープ**:11kcal  
しいたけ、人参、片栗粉、塩、醤油(淡)、こしょう(白)、中華スープの素
- ビビンバ**:243kcal  
牛肉、しょうが、キムチ、大豆油、ごま、醤油(濃)、砂糖、ごま油、緑豆もやし、中華スープの素、ガラスープの素、塩、ほうれん草
- 春巻き**:89kcal  
春巻、揚げ油、キャベツ、カレー粉、塩
- コーンサラダ**:24kcal  
きゅうり、スイートコーンホール、塩、わかめ、オリーブ油、砂糖、醤油(淡)、こしょう(白)
- りんご**:17kcal

24日(金)943kcal

- 鶏肉の梅酢揚げ**:213kcal  
鶏肉、梅酢、片栗粉、小麦粉、揚げ油、塩、緑豆もやし、ぶなしめじ、有塩バター、こしょう(白)、醤油(淡)
- 厚揚げの野菜あんかけ**:85kcal  
厚揚げ、みりん、酒、醤油(淡)、かつお節、さやえんどう、玉ねぎ、人参、片栗粉、しょうが、しいたけ、三温糖
- ポテトの海苔塩揚げ**:94kcal  
じゃがいも、小麦粉、あおのり、揚げ油、塩
- 昆布の佃煮**:16kcal  
昆布、みりん、砂糖、醤油(淡)、酒

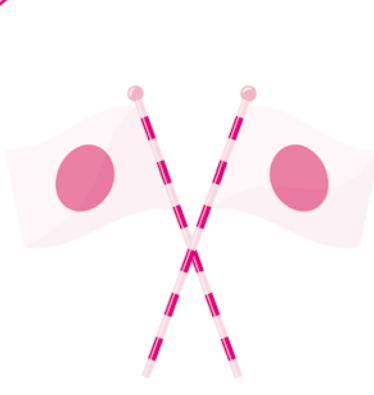
27日(月)902kcal

- 麦ご飯**:392kcal
- ホイコーロー**:165kcal  
豚肉、しょうが、ごま油、キャベツ、酒、ピーマン、たけのこ、みそ(赤)、砂糖、醤油(濃)、トウバンジャン
- 揚げ餃子**:136kcal  
餃子、揚げ油
- 高野豆腐の卵とじ**:56kcal  
高野豆腐、人参、ほうれん草、卵、塩、砂糖、醤油(濃)、みりん、かつお節
- しめじ和え**:16kcal  
チンゲンサイ、ぶなしめじ、ごま、砂糖、醤油(濃)

28日(火)816kcal

- 麦ご飯**:392kcal
- 麻婆豆腐**:170kcal  
豚肉、豆腐、玉ねぎ、にら、しょうが、にんにく、大豆油、トウバンジャン、中華スープの素、酒、醤油(濃)、片栗粉、みそ(赤)
- ちくわの磯部揚げ**:83kcal  
竹輪、あおのり、小麦粉、揚げ油
- ひじきの炒り煮**:23kcal  
ひじき、醤油(濃)、みりん、砂糖、人参、れんこん、こんにやく
- ほうれん草のおかか和え**:9kcal  
ほうれん草、塩、かつお節、みりん、醤油(濃)、昆布

29日(水)昭和の日



30日(木)879kcal

- 若竹汁**:17kcal  
たけのこ、わかめ、えのきたけ、昆布、醤油(淡)、かつお節、みりん
- 白身魚のゴマ味噌だれ**:173kcal  
白身魚、酒、片栗粉、小麦粉、揚げ油、みそ(赤)、砂糖、みりん、醤油(濃)、ごま、緑豆もやし、塩、こしょう(白)、大豆油
- 五色炒め**:71kcal  
ウインナー、キャベツ、塩、こしょう(白)、ピーマン(青・赤・黄)、大豆油、醤油(淡)
- 小松菜とひじきのサラダ**:22kcal  
ひじき、小松菜、スイートコーンホール、砂糖、醤油(淡)、米酢、ごま
- 揚げ大豆**:63kcal  
大豆、片栗粉、揚げ油、砂糖、醤油(濃)



## 申 込 方 法

河西中、西脇中、楠見中、日進中、西和中、西浜中、有功中、紀伊中、高積中、東中、東和中、明和中、河北中、貴志中、城東中、紀之川中の

### 新入学生の保護者の方へ

- 令和2年4月分の給食を希望する方は、上記の中学校区の小学校(お子さんの在籍校)でこの献立表と一緒に配布される払込取扱票を使用して、**振込期間内**にゆうちょ銀行で給食費を振り込んでください。振込手数料は保護者負担になります。振込期間内の振込みが確認できた場合、申込みがあったものとします。4月分の給食は左下の給食申込書を提出する必要はありません。
- 払込取扱票の書き方その他詳細は、この献立表と一緒に配布される説明資料をご覧ください。
- お子さんのご家庭が、生活保護受給中又は就学援助を申請中の場合も、同様に納付してください。生活保護又は就学援助が後日認定された際は、後日学校を通じて返金されます。ただし、振込手数料は返金されません。特別支援学級のうち就学奨励費受給対象の方は事後に給食費の1/2が援助されます。

### ★新入学生 4月分の振込期間

振込期間	3/1(日)～3/13(金)
------	----------------

### 在校生の保護者の方へ

- 令和2年4月分の給食を希望する方は、申込期間内にお子さんを通じて左下の給食申込書を学級担任に提出してください。申込期間を過ぎた申込みは受け付けることができません。
- 給食を申し込んだ方は後日、学級担任から配布された払込取扱票を必ず使用して、ゆうちょ銀行で当月の給食費(1か月分)を振り込んでください。払込取扱票には、生徒氏名や金額等がすでに印字されています。
- 自動払込み(口座自動引落し)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)までに当月給食費(1か月分)と自動払込手数料を口座に入金してください。
- 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。
- 振込期間内の振込み及び自動払込日での自動払込みを確認できなかった場合、給食申込みは取り消しとなります。
- 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。特別支援学級のうち就学奨励費受給中の方は、事後に給食費の1/2が援助されます。
- なお、給食申込みの時点では生活保護又は就学援助の認定を受けていなかったご家庭が後日、生活保護又は就学援助の認定を受けた場合、その認定された期間中のすでに支払っている給食費分は学校を通じて返金されます。振込手数料等は返金されません。
- 給食申込みの時点で、生活保護又は就学援助の認定を受けていたご家庭が、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。)の認定が取り消された場合、その期間の給食費を自費で負担しなければなりませんので、早急に学校へ連絡のうえ、学校の指示に従って納付してください。

### ★在校生 4月分の申込期間、振込期間及び自動払込日

申込期間	2/21(金)～2/26(水)
振込期間	3/6(金)～3/13(金)
自動払込日	3/13(金)

### 給食費を返金できない場合(新入学生・在校生共通)

- ・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

### 在校生用 給食申込書(4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、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。

※③新入学生は、この給食申込書を提出する必要はありません。

配布した振込用紙を使用して、振込期間内にゆうちょ銀行へ直接振込んでください。

