

新しいクラスの仲間と
楽しく、気持ちよく
おいしく食べよう!



4月 献立予定表



日 (曜)	献立	加リ- (kcal) タバク(g)	黄の食品	赤の食品	緑の食品	調味料その他
			エネルギーのもと	体をつくる	体の調子をととのえる	
2, 3年生のみ						
13 (月)	肉みそ丼	747 28.2	米 米油 ごま さとう でんぶん	豚ミンチ	玉ねぎ にんじん 切干大根 土生姜 にんにく キャベツ	赤みそ しょうゆ みりん 酒 豆板醤
	牛乳			牛乳		
	茎わかめ入りすまし汁			とうふ 茎わかめ		えのきだけ ねぎ
14 (火)	コッペパン	767 32.4	パン			
	牛乳			牛乳		
	かしのケチャップ煮		でんぶん 米油 さとう	鶏肉	土生姜	しょうゆ ケチャップ ウスターソース
野菜いっぱいスープ			ベーコン	にんじん 玉ねぎ キャベツ	スープベースチキン しお ローリエ こしょう	
15 (水)	チキンカレー	830 26.2	米 麦 米油 じゃがいも バター 小麦粉	鶏肉 スkimミルク 粉チーズ	にんにく 土生姜 玉ねぎ にんじん セロリー	しお こしょう しょうゆ カレー粉 ケチャップ トマトペースト チョップネ ウスターソース ターメリック クミン カルダモン
	牛乳			牛乳		
	フレンチサラダ		さとう 米油	ハム	キャベツ とうもろこし にんじん	酢 しお こしょう
16 (木)	たけのこごはん	710 26.6	米	油あげ	たけのこ にんじん	みりん 酒 しょうゆ しお 削り節(だし用)
	牛乳			牛乳		
	キャベツと鶏肉のみそ炒め		米油	鶏肉	土生姜 にんにく キャベツ ピーマン	しお こしょう 赤みそ しょうゆ 酒 豆板醤
じゃが芋のみそ汁		じゃがいも	油あげ	玉ねぎ	信州みそ 煮干し(だし用)	
17 (金)	ごはん	725 28.6	米			
	牛乳			牛乳		
	八宝菜(かまぼこ)		米油 でんぶん	豚肉 かまぼこ	土生姜 玉ねぎ にんじん 干しいたけ たけのこ もやし キャベツ	しお しょうゆ
青のりビーンズ		でんぶん 米油	大豆 青のり		しお	
20 (月)	わかめごはん(麦入り)	723 23.6	米 麦	わかめ		
	牛乳			牛乳		
	豚肉じゃが		じゃがいも こんにゃく 米油 さとう	豚肉	玉ねぎ にんじん グリーンピース	しょうゆ
もやしのごま和え		ごま		キャベツ もやし にんじん	しょうゆ	
21 (火)	小型コッペパン	861 32.9	小型コッペパン			
	牛乳			牛乳		
	スパゲティミートソース		スパゲティ オリーブオイル 米油	牛ミンチ 豚ミンチ	パセリ 玉ねぎ	しお こしょう ピューレー ケチャップ
野菜炒め		米油		キャベツ にんじん もやし にら	しお こしょう しょうゆ	
22 (水)	ごはん	691 26.9	米			
	牛乳			牛乳		
	きびなごのチーズ揚げ		小麦粉 コーンスターチ 米油	きびなご 鶏卵 粉チーズ		
三色野菜のナムル		ごま油 ごま		もやし にんじん にら	しょうゆ しお	
豆腐のみそ汁			とうふ わかめ	ねぎ	赤みそ 煮干し(だし用)	
23 (木)	とりそぼろ丼	736 28.6	米 米油 さとう	鶏ミンチ	玉ねぎ にんじん しいたけ 土生姜	しょうゆ みりん
	牛乳			牛乳		
	じゃがいものピリ辛炒め		じゃがいも ごま油		にんじん	豆板醤 みりん しお 淡口しょうゆ
ニラたまスープ		米油 じゃがいも	ベーコン 鶏卵	玉ねぎ にんじん にら	削り節(だし用) しょうゆ しお	

日 (曜)	献立	加 リ ー (kcal) ク ラ ク (g)	黄の食品	赤の食品	緑の食品	調味料その他
			エネルギーのもと	体をつくる	体の調子をととのえる	
24 (金)	ごはん	783 22.9	米			
	牛乳			牛乳		
	ちくわのかばやき		でんぶん 小麦粉 米油 さとう ごま	ちくわ		しょうゆ みりん 酒
	もやしのカレーあじ		米油 さとう		もやし	酢 しお こしょう カレー粉
	キャベツと人参のみそ汁		わかめ	キャベツ 玉ねぎ にんじん	信州みそ 煮干し(だし用)	
27 (月)	玄米入りごはん	754 29.3	米 もち玄米			
	牛乳			牛乳		
	麻婆豆腐		米油 さとう ごま油 でんぶん	豚ミンチ とうふ	土生姜 にんにく 玉ねぎ にんじん たけのこ しいたけ にはら	しょうゆ 酒 赤みそ 豆板醤
	もやしとわかめの中華サラダ		ごま油 さとう ごま	わかめ	もやし にんじん とうもろこし	酢 しょうゆ しお
28 (火)	味付パン	920 32.8	味付けパン			
	牛乳			牛乳		
	魚フライカクテルソース添え		小麦粉 パン粉 米油 さとう	さわら 鶏卵		しお こしょう ケチャップ ウスターソース
	ABCスープ		アルファベットマカロニ 米油	ベーコン	キャベツ 玉ねぎ にんじん とうもろこし パセリ	スープベースチキン しお こしょう
30 (木)	ごはん	847 33.0	米			
	牛乳			牛乳		
	かしわのこはく揚げ		でんぶん 米油	鶏肉	土生姜	しょうゆ
	ひじきの炒め煮		米油 さとう	ひじき 油あげ	にんじん	しょうゆ 煮干し(だし用)
	玉ねぎのみそ汁		とうふ わかめ	ねぎ 玉ねぎ	信州みそ 削り節(だし用)	

給食食材 産地情報



米 : 京都
麦 : 福井
牛乳 : 京都

さわら : 京都
きびなご : 長崎

じゃがいも : 鹿児島他
パセリ : 香川他
セロリー : 長崎他
キャベツ : 京都他
もやし : 岐阜
たけのこ水煮 : 京都

にんじん : 徳島他
しょうが : 高知
にはら : 高知
ねぎ : 京都他
切干大根 : 宮崎
冷凍とうもろこし : 北海道

たまねぎ : 長崎他
にんにく : 青森
ピーマン : 高知他
えのきだけ : 長野
大豆 : 北海道

豚肉 : 鹿児島他
鶏肉 : 宮崎他
鶏卵 : 京都



長岡京市地元産
たけのこ

16日です
お楽しみに!

～資料提供 (財) 京都府学校給食会他～

保護者の方へ



1. 給食費について

中学校では、給食費の取扱いは市で行います。お問い合わせは、長岡京市教育委員会学校教育課(955-9533)までお願いします。

病気などで長期(連続する4日以上)にわたって学校を休む場合は、学校までご連絡ください。連絡を受けた日の翌日から数えて4日目以降の給食費を返金します。ただし、1日だけの欠席、とびとびの欠席、連絡を毎日受けての連続欠席では物資の変更ができないため、返金できません。また、学級閉鎖や行事による返金もありませんので、ご了承ください。

返金処理は年度末に行い、実際にお手元に返金されるのは、4月末頃になります。

2. 給食当番のマスク持参及び、エプロン洗濯のお願い

給食当番は、マスクをして配膳などを行いますので、マスクをお持ちください。また、給食当番になると、週末にエプロン・帽子・給食袋を持ち帰ります。当番活動は配膳係と配付係に分かれて行いますので、2週連続で給食袋を持ち帰ることになります。洗濯をして週明けに持たせてください。

取れかけたボタンやほころびなどありましたら修繕していただくとありがたいです。

予備のボタンは、エプロンに縫い付けられているものの他、学校にもあります。

