

4月 守口市立中学校給食 献立表

第一・庭窪・八雲・梶・大久保・錦・樟風中学校

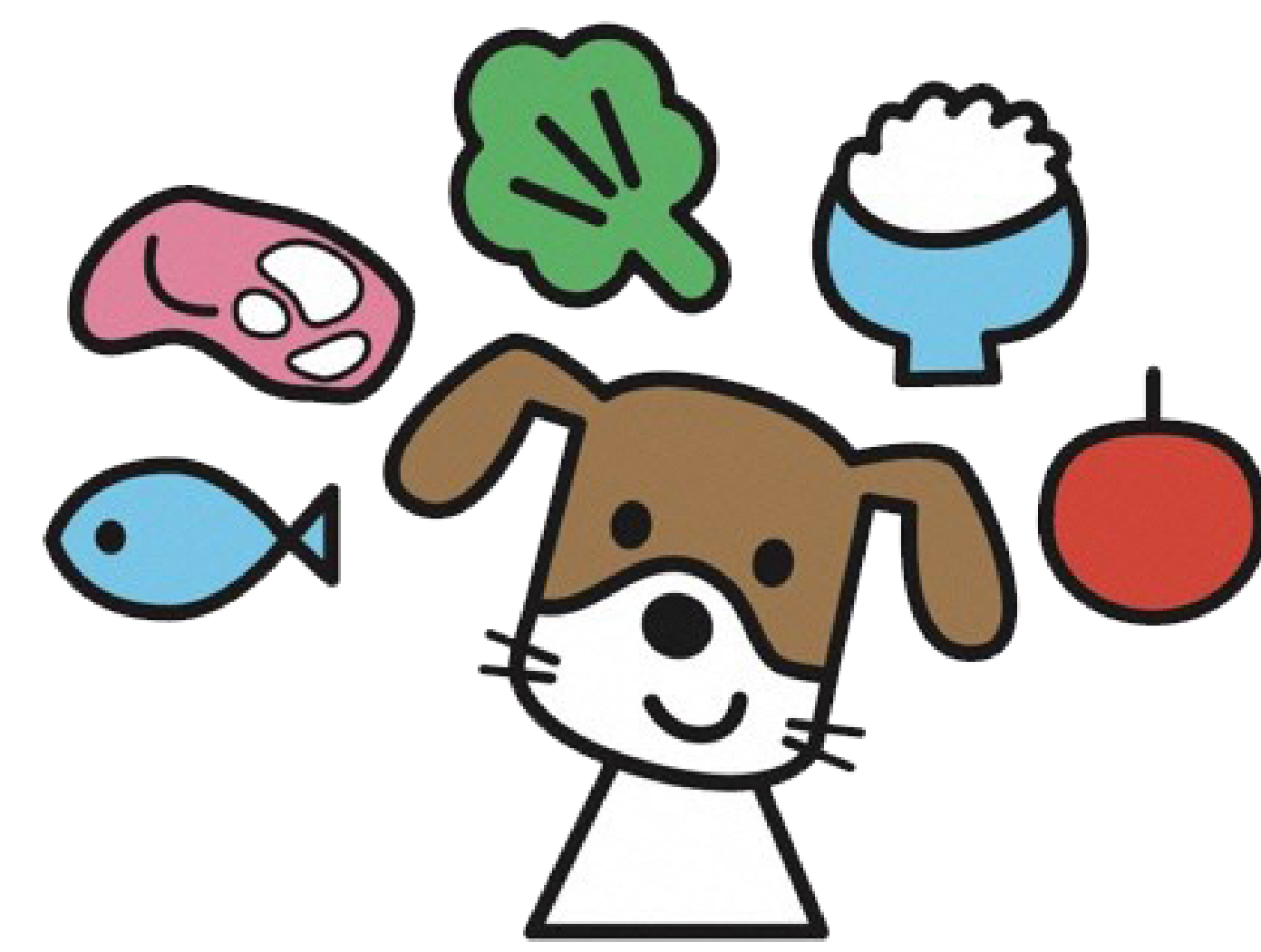


4月から新年度が始まります。元気に学校生活を送れるように、1日3回の食事と、睡眠をきちんと取る習慣をつけましょう。

学校給食では、安全や衛生に配慮し、栄養バランスのとれた食事を提供することで、成長期の心と体の発達を支えます。



令和4年3月発行 守口市教育委員会・守口市学校給食協会



8
金 始業式

11
月

- ごはん ・牛乳
- 照焼きハンバーグ
- ポイルアスパラ
- 五目煮
- ピーマンとじゃこの和え物
- みそ汁

807kcal

12
火

- ごはん ・牛乳
- 白身魚の甘酢あんかけ
- ミンチカツ
- ビーフソテー
- すまし汁

996kcal

13
水

- ごはん ・牛乳
- すき焼き風煮
- きびなごの天ぷら
- もやしの和え物
- すまし汁

799kcal

14
木

- ごはん ・牛乳
- 豚キムチ炒め
- 切干大根のサラダ
- 春巻
- 中華スープ

939kcal

15
金

- コーンピラフ ・牛乳
- チキン南蛮・タルタルソース
- ペペロンチーノ
- フレンチサラダ
- コンソメスープ

986kcal

18
月

- ごはん ・牛乳
- ピリ辛肉じゃが
- ひじきの炒め煮
- キャベツのおひたし
- すまし汁

954kcal

19
火

- たきこみごはん ・牛乳
- さばの塩焼き
- れんこんのきんぴら
- 白菜のおかか和え
- みそ汁

826kcal

20
水

- ロールパン ・牛乳
- ポークチャップ
- フライドポテト
- ブロッコリーのごま和え
- 野菜スープ

764kcal

21
木

- ごはん ・牛乳
- さけの柚庵焼き
- かぼちゃのそぼろ煮
- 小松菜の和え物
- みそ汁

799kcal

22
金

- ごはん ・牛乳
- 鶏肉のからあげ
- えびと野菜の炒め煮
- きゅうりの即席漬け
- 中華スープ

836kcal

25
月

- ごはん ・牛乳
- マーボー豆腐丼
- あげぎょうざ
- 野菜炒め
- えびとチンゲン菜の和え物
- 黄桃缶

927kcal

26
火

- わかめごはん ・牛乳
- 白身魚フライ
- 豚肉ときのこの炒め物
- 炒り卵
- チンゲン菜のおかか和え
- すまし汁

847kcal

27
水

- ごはん ・牛乳
- 肉豆腐
- いかとキャベツの和え物
- 白菜の即席漬け
- みそ汁

843kcal

28
木

- ごはん ・牛乳
- カレーライス
- 鶏肉のゆずダレかけ
- 白菜のサラダ
- マンゴー缶

890kcal

29
金 昭和の日