



給食だより

令和8年 4月

西岡中学校・羊丘中学校

ご進級、ご入学おめでとうございます。今年度も西岡中学校の給食室で、西岡中学校（約360人）と羊丘中学校（約700人）の2校分の給食を9人の調理員さんで作ります。生徒の皆さんの心身の健康を願い、安全でおいしい給食を作っていきたいと思っております。どうぞよろしくお願いいたします。

学校給食について

- ・米飯給食は週3回（自校1回・委託2回）実施です。
- ・お米は道産米です。自校炊飯(まぜごはん)では、胚芽米と麦を使用します。今年度は月曜日です。
- ・委託炊飯(白飯)は、精白米です。今年度は火・木曜日です。
- ・道産小麦100%のパンを使用しています。今年度は水曜日です。大きさは65g(小麦粉使用量)で、小学校高学年と同じです。
- ・うどん、ラーメン、パスタがあり、道産小麦を使用しています。今年度は金曜日です。
- ・夏場は冷たいめんや冷麦、ゆであげスパゲティ(デュラム小麦)もあります。

いただきます!



○牛乳は毎日つきます。



- 主食の曜日（学校毎に決められています。）
- 月曜日・・・自校炊飯（給食室で炊きます）
 - 火曜日・・・白飯（RBM協同組合）
 - 水曜日・・・パン（京田食品）
 - 木曜日・・・白飯（RBM協同組合）
 - 金曜日・・・麺（西山製麺）

中学校の給食は・・・

小学校に比べると量が多くなりますので、食器の茶碗とカップの大きさが大きくなります。また、香辛料をきかせた料理もあります。調理器具として、オープンがあるのでグラタンや魚の焼き物などの料理も出ます。給食時間は、12時45分から準備に入り、食べ始めるのは12時55分頃です。朝ごはんはしっかり食べてから登校しましょう。

☆食物アレルギーについて

- ししゃもの内臓や、あさり、しらす干し、ちりめんじゃこ、わかめ、昆布などの海産物全般について、小さなえび、かに、たこが混入している場合があります。アレルギーの方はご注意ください。
- 主な食材を載せています。調味料、揚げ油は省略しています。揚げ油は毎回新しい油ではなく、複数回の使用となります。
- 果物は変更になることもあります。ご了承ください。
- 一部の献立に限りませんが、アレルギー対応食を実施しています。また、予定献立表に使用予定の食品を記載していますが、更に詳しい内容をご希望の場合は学校までご連絡をお願いいたします。
- 以前よりピーナッツの使用はありませんでしたが、令和6年度より、食材としてアーモンド・カシューナッツは使用しないこととなりました。



月	火	水	木	金
		8日 始業式 	9日 入学式	10日 しょうゆラーメン チーズ揚げポテト 黄桃缶 <hr/> ソフトめん 豚肉 メマ 生姜 にんにく つと もやし 玉ねぎ 人参 長ねぎ ほうれん草 茎わかめ/チーズフォンデュ コロッケ/黄桃缶
		13日 焼豚チャーハン かぼちゃコロッケ パイン缶詰	14日 カレーライス 小松菜とベーコンのサラダ	15日 ロールパン あさりのチャウダー 厚揚げサラダ 清見オレンジ
胚芽米 大麦 豚肉 長ねぎ 生姜 にんにく 人参 玉ねぎ ホルモン 干し椎茸 グリビース ごま油/かぼちゃコロッケ/パイン缶詰	白飯 豚肉 ジャガ芋 人参 玉ねぎ せり りんご 生姜 にんにく グリビース 小麦粉 カレー粉/ベーコン 小松菜 もやし 白ごま	あさり ベーコン ジャガ芋 玉ねぎ 人参 パセリ 小麦粉 バター 牛乳 豆乳 スキムク シュレッドチーズ/厚揚げ 生姜 片栗粉 小麦粉 キャベツ きゅうり 人参 ごま油 白ごま/清見オレンジ	豆腐 豚肉 生姜 にんにく 人参 長ねぎ 干し椎茸 赤みそ ごま油 片栗粉/カラアジサイ 小麦粉 片栗粉/ム ほうれん草 もやし 人参 ごま油 白ごま	ソフトめん 豚肉 大豆 玉ねぎ 人参 マッシュルーム せり 生姜 にんにく パセリ 小麦粉 トマト 缶詰 デミグラスソース 赤みそ/ルンボト 青のり
20日 チキンウィナーライス (星のコロッケ添え) フルーツミックス	21日 ピリカラチキン丼 すまし汁(つと) りんご	22日 横割りのハンズ ポテトスープ 入りのハバーグ(キャブリス) スライスチーズ 大根サラダ	23日 ご飯 けんちゃん汁(味噌味) かわいい唐揚げ (照り焼きソース) しょうが和え(小松菜・白菜)	24日 味噌ラーメン シナモンポテト 黄桃缶
胚芽米 大麦 バター トマト缶詰 カットチキン/玉ねぎ 人参 マッシュルーム グリビース/星のコロッケ/みかん缶 パイン缶 黄桃缶 なし缶	白飯 鶏肉 生姜 小麦粉 片栗粉 厚揚げ 人参 たけのこ 玉ねぎ ピーマン にんにく/そうめん つと 干し椎茸 長ねぎ ほうれん草/りんご	ベーコン ジャガ芋 人参 玉ねぎ パセリ/入りのハバーグ/スライスチーズ/大根 まぐろ きゅうり 人参 白ごま ごま油	鶏肉 豆腐 つきこんやく 人参 大根 ごぼう 長ねぎ 赤みそ 白みそ/かわいい唐揚げ 片栗粉 /小松菜 白菜 生姜	ソフトめん 豚肉 玉ねぎ 人参 生姜 にんにく 白すりごま 白ごま 赤みそ 白みそ ごま油 もやし 玉ねぎ メマ ほうれん草 茎わかめ/さつまいも シメン/黄桃缶
27日 わかめごはん 豚汁 さんまのかば焼き	28日 厚揚げ入り肉炒め丼 味噌汁 りんご	29日 昭和の日	30日 ご飯 すき焼き(豚肉) 揚げポークシュウマイ パイン缶詰	5/1日 肉うどん 清見オレンジ あべかわだんご
胚芽米 大麦 炊き込みわかめ 白ごま/豚肉 豆腐 ジャガ芋 板こんにやく 人参 大根 玉ねぎ ごぼう 長ねぎ 生姜 白みそ 赤みそ/さんま 片栗粉 小麦粉 生姜 白ごま	白飯 豚肉 メマ 人参 もやし ほうれん草 厚揚げ 片栗粉 玉ねぎ りんご 生姜 にんにく ごま油 白ごま/キャベツ 油揚げ 白みそ 赤みそ/りんご		豚肉 焼き豆腐 白滝 玉ねぎ 白菜 長ねぎ たもぎたけ 焼きふ(車ふ) 春菊 干し椎茸/ポークシュウマイ/パイン缶詰	ソフトめん 豚肉 油揚げ つと 人参 小松菜 長ねぎ 干し椎茸 たもぎたけ/清見オレンジ/白玉もち きな粉