

# 給食だより 4月号

令和6年度  
高岡市立中田中学校

ご入学、ご進級おめでとうございます。新しい生活を元気にスタートするために、毎日の食事を大切にしましょう。中田中学校では、おいしくて安心・安全な給食作りを通して、生徒の皆さんが心身ともに健やかに成長できるよう、お手伝いしていきたいと思います。今年度もよろしくお祈りいたします。

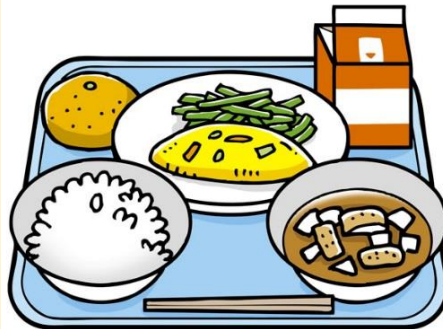
## ★中田中学校の学校給食を紹介します★

### ごはん：太陽食品より納入

- ・週3回（月・水・金）  
…毎月第3週と5週は週4回
- ・高岡産のお米使用  
ちらし寿司や、たけのこご飯などもあります。

### パン：さわや食品より納入

- ・週2回（火・木）  
…毎月第3週と5週は週1回
- ・無漂白の小麦粉使用
- ・コッペパン、食パン、揚げパン  
富山県産コシヒカリの米粉を使用した米粉入りパンや国吉りんごパンなどもあります。



### 牛乳…となみ乳業より納入

- ・毎日1本(200ml)飲用
- ・県内産牛乳使用  
成長期に必要なたんぱく質やカルシウムが効率よくとれます。

### おかず

- ・煮物、焼き物、炒め物、汁物、和え物とバラエティに富んだ献立を心がけています。
- ・煮物や汁物は、煮干し、うるめ削り、だし昆布などを使ってだしをとっています。
- ・魚介類、豆類、海藻類、種実類や、不足しがちな栄養素が多く摂れるような献立にしています。
- ・旬の食材や、地元の食材(地場産物)を使うようにしています。

## ☆給食費のお知らせ☆

「高岡市の学校給食費徴収額の改定について」でお知らせしたとおり、学校給食費の月額徴収額を**6,800円**に改定しました。

令和6年度は高岡市の補助により**家庭からの徴収額は6,300円**となります。

**連続して5日以上欠席される場合は給食を停止**できます。ただし、給食費の返金は、欠食届の提出（連絡）があった日の翌日を起算日とし、3日後からになりますのでご了承ください。（いずれも学校休業日は含みません）

### ★ご家庭へお願い★

- ・毎月19日は「食育の日」です。家族で食べ物のことを話したり、食事の準備や片付けをしたりして、「食」について話し合う機会をつくりましょう。
- ・食事のあいさつや基本的な食事マナーを日頃から実践しましょう。
- ・給食当番のエプロンは、当番だった生徒が家庭に持ち帰りますので、洗濯をして月曜日に持たせてください。ほころび等がありましたら、繕ってくださいと助かります。

# 4月予定献立表

高岡市立中田中学校

日曜日	行事	主食	献立名	主な使用食品					
				赤 体をつくるものになるもの		緑 体の調子を整えるもの		黄 熱や力のもとになるもの	
				1群	2群	3群	4群	5群	6群
				魚・肉・卵・豆類	乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他野菜・果物	穀類・芋・砂糖	油脂類
8月	※入学式 ※1年生なし	ご飯	さばのホイル焼き 茎わかめの金平 かきたま汁	さば 味噌 さつま揚げ 卵	牛乳	人参 いんげん	ごぼう 玉ねぎ	ご飯 こんにやく おつゆ麩 砂糖 でんぶん	白ごま ごま油
9月		食パン	豚肉のケチャップがらめ お花畑のサラダ 春雨スープ いちごジャム	豚肉 大豆 鶏肉	牛乳	ブロッコリー 赤ピーマン 人参	カリフラワー コーン 生姜 しめじ 白菜 ねぎ	食パン 春雨 いちごジャム 砂糖 でんぶん	油 ごま油
10月	入学進級 お祝い献立	カレーライス	肉シューマイ 2個 キャベツときゅうりの和え物 お祝いゼリー	豚肉 肉シューマイ	牛乳	人参	玉ねぎ キャベツ きゅうり	麦ご飯 じゃがいも ゼリー	油
11月		コッペパン	なつぱコロツケ カラフルソテー ワタンスープ ピーチシャーベットの	豚肉	牛乳	ピーマン 人参 赤ピーマン 黄ピーマン	キャベツ 白菜 干し椎茸 ねぎ 桃	コッペパン コロツケ ワタンスープ	油
12月		ご飯	ふくらぎのみりん焼き 即席漬け 厚揚げと野菜の旨煮	ふくらぎ 鶏肉 厚揚げ	牛乳 昆布	人参	生姜 白菜 きゅうり ふき	ご飯 砂糖 こんにやく じゃがいも	
15月		ご飯	ししゃもフリッター 2個 3色ひたし 江戸っ子煮	ししゃも 大豆 牛肉 高野豆腐	牛乳 昆布	ほうれん草 人参	キャベツ たけのこ 干し椎茸	ご飯 こんにやく 砂糖	白ごま 油
16月		食パン	若鶏肉の照り焼き ビーフソテー 春キャベツのスープ スライスチーズ	鶏肉 ベーコン	牛乳 チーズ	人参 チンゲンサイ	もやし 玉ねぎ 生姜 コーン	食パン 砂糖 ビーフン	油
17月		ご飯	ちくわの磯辺揚げ 煮豆 味噌汁 オレンジ	ちくわ 金時豆 卵 油揚げ 味噌	牛乳 青のり	人参	大根 玉ねぎ ねぎ オレンジ	ご飯 小麦粉 砂糖	油
18月	郷土食献立 (たけのこご飯)	たけのこご飯	鮭のマヨネーズ焼き もやしの浸し 豆腐のすまし汁 青りんごゼリー	油揚げ 鮭 絹ごし豆腐	牛乳	人参	たけのこ もやし きゅうり 椎茸 ねぎ	ご飯 白玉麩 ゼリー	マヨネーズ
19月	高岡食19并献立	春のカラフル 五目丼	小松菜とキャベツのごま和え じゃがいもの味噌汁 ヨーグルト	鶏肉 枝豆 味噌	牛乳 わかめ ヨーグルト	人参 小松菜	玉ねぎ たけのこ 椎茸 生姜 キャベツ ねぎ	ご飯 じゃがいも 砂糖 でんぶん	油 白ごま
20月	※授業参観 郷土食献立 (ほたるいか)	ご飯	ほたるいかのフライ 4個 キャベツの生姜和え 肉じゃが 豆乳プリン	ほたるいか 豚肉	牛乳	人参 いんげん	キャベツ きゅうり 生姜 玉ねぎ	ご飯 じゃがいも 砂糖 プリン こんにやく	油
23月		1/2コッペパン	コーンエッグ フルーツヨーグルト和え ソフト麺のミートソースかけ	豚肉 大豆 卵	牛乳 ヨーグルト	人参 トマト パセリ	玉ねぎ 生姜 マッシュルーム コーン りんご パイン もも みかん パナナ レーズン	コッペパン でんぶん 砂糖 ソフト麺	油
24月		ご飯	赤魚のカレー揚げ 青菜と切り干し大根の浸し もずくの味噌汁	赤魚 味噌 もずく 油揚げ	牛乳	人参 小松菜	キャベツ 切り干し大根 えのき、ねぎ	ご飯 でんぶん	油 白ごま
25月		食パン	ハンバーグ ゆで野菜 マカロニスープ 干しプルーン	ハンバーグ ベーコン	牛乳	ブロッコリー 人参	キャベツ 玉ねぎ しめじ プルーン	食パン じゃがいも マカロニ	
26月	地場産品献立 (ほうれん草)	ご飯	さばの塩焼き ほうれん草のごま味噌和え いなりうどん ぶどうゼリー	さば かまぼこ 味噌 油揚げ	牛乳	ほうれん草 人参	キャベツ えのき 玉ねぎ ねぎ	ご飯 ゼリー 砂糖 うどん	
30月		コッペパン	オムレツ アスパラサラダ ビーフシチュー 冷凍パイン	オムレツ 牛肉	牛乳	人参 アスパラ	キャベツ きゅうり 玉ねぎ マッシュルーム パイン	コッペパン 小麦粉 砂糖 じゃがいも	油 白ごま マーガリン

※ 牛乳(200ml)が毎日1本つきます。  
※ 都合により、献立や使用食材を変更する場合がありますので、  
ご了承ください。