


2021年4月 給食カレンダー

中学生の成長に必要な
栄養バランスを考えたメニューです

今月の献立

『入学・進級お祝い献立』

- 13日(火)  **・エビ・イカミックスフライ**
・ジャーマンポテト
・小松菜ともやしのオイスター炒め
・いちごゼリー

4月13日(火)は入学・進級をお祝いする献立です。
「エビフライ」と「イカリングフライ」をコンビにして「エビ・イカミックスフライ」に、小学校の人気メニュー「ジャーマンポテト」と「小松菜ともやしのオイスター炒め」を組み合わせました。じゃがいもからビタミンC、小松菜からはカルシウム・ビタミンCをとることができます。デザートは「いちごゼリー」がついています。

『春の季節献立』～春の食材を味わう～

- 16日(金) **・サワラの香味焼き**
・アスパラの梅おかかあえ **・肉じゃが**
・たけのこごはん **・花見だんご**

4月16日(金)は春に美味しい食材や春の行事食を組み合わせた献立です。香味焼きのサワラは漢字で「鱈」と書くように、春が旬の魚です。たけのこを使った「たけのこごはん」をとり入れています。デザートには、花見の季節に食べるピンク・白・緑の鮮やかな三色の花見だんごがついています。

★給食費のお支払いについて

- 給食の予約は、給食を食べる月の前月に1か月単位で予約します。
- 給食の実施日は学校、学年によって異なります。
- 献立は、事情により一部変更する場合があります。

4月の各種しめきり	お支払いのしめきり		予約しめきり
	クレジット払	コンビニ払	
給食自動予約プラン	3/10AM	3/9	3/10に自動予約
インターネット予約	3/20	3/18	3/20までに手続き

★給食自動予約プランの受付スケジュール

登録・中止の申請が専用サイトでできるようになり、便利になっています。

- 3/9までにインターネットで申請 → 令和3年4月からスタート
4/9までにインターネットで申請 → 令和3年5月からスタート

★お問い合わせ先

神戸市中学校給食コールセンター
(株式会社 菜友)

TEL : 0594-86-7771

受付時間 9時～17時 土日祝・年末年始を除く

★献立などについてはホームページをご覧ください。

神戸市中学校給食

神戸市教育委員会健康教育課

インターネット
予約はこちらから



月 Monday



火 Tuesday

スプーンがあると食べやすい日
温かいカレー等がついている日
デザートがついている日
ご飯と牛乳が毎回ついています
お箸やスプーンを持ってきましょう

水 Wednesday

8 **始業式**

木 Thursday

9 **入学式**

12 みそ味のたれが豚肉にからまってごはんにびったり!

豚肉のかわり揚げ

- カリフラワーのカレー風味
- 厚揚げとチンゲン菜の炒め煮
- きゅうりのおかかあえ
- 洋なしミニゼリー

13 **【入学・進級お祝い献立】**

エビ・イカミックスフライ

- ジャーマンポテト
- 小松菜ともやしのオイスター炒め
- いちごゼリー

14 吸収のよいヘム鉄で貧血予防

牛肉と野菜のカレー炒め

- ワカサギの甘酢づけ
- ちりめんキャベツ

15 骨を強くするカルシウムが豊富な野菜

鶏肉のさっぱり煮

- カリフラワーのソテー
- 竹輪のいそべ揚げ
- チンゲン菜とツナの炒め物

16 **春の季節献立**

サワラの香味焼き

- アスパラの梅おかかあえ
- 肉じゃが
- たけのこごはん
- 花見だんご

19 ビタミン含有量は野菜の中でトップクラス

鶏肉のマスタード焼き

- ブロッコリーのガーリック炒め
- 揚げじゃがいものごまあえ
- 牛肉とごぼうのきんぴら
- のりふりかけ

20 ケチャップ味が人気ポークチャップ

ポークチャップ

- ほうれん草のソテー
- 豆腐のごま風味あえ(ごまドレッシング)
- ひじきとツナの煮物

22 温かいレトルトメニュー

ハンバーグのデミグラスソースかけ

- スパゲティソテー
- 五色きんぴら
- かぼちゃのスープ煮

22 フルーツ杏仁風プリンは卵・牛乳を使っていません

プルコギ

- 揚げポークぎょうざ
- もやしのナムル
- フルーツ杏仁風プリン

23 白身魚と大根おろしのソースがぴったり

タラのみぞれソース

- ほうれん草のおひたし
- ひじき豆腐
- チンゲン菜とさつま揚げの煮ひたし
- ミルク(ココア)

26 温かいレトルトメニュー

ベジタブルカレー

- ミニポークミンチカツ
- きゅうりと大根のツナあえ
- ブロッコリーとイカの炒め物

27 食欲アップ! 甘酸っぱいたれとタルタルソース

チキンなんぼん(タルタルソース)

- ポイルキャベツ
- 小松菜とわかめの炒め物
- 五目豆

28 卵は、アミノ酸バランスのよいたんぱく源

牛肉とじゃがいもの炒め煮

- 他人とじ
- ブロッコリーのごま酢あえ
- ゆかりふりかけ

29 **昭和の日**

30 ごまのビタミンEには抗酸化作用

豚肉とキャベツの中華炒め

- かぼちゃのコロッケ
- 厚揚げの甘煮

給食の流れ

安全・安心で良質な給食を提供します

