

中学校 給食・食育だより

令和8年(2026年)4月 第一学校給食共同調理場

ご入学・ご進級おめでとうございます!

暖かく気持ちの良い陽気と共に、新しい1年が始まりました。

今年もみなさんが楽しい給食時間を過ごせるように、おいしい給食を提供していきます。

給食・食育だよりは、今月の給食の紹介や旬の食材、栄養の話など、食に関する情報を発信していきます。

~4月の献立より~

NEW

★10日(金) 鶏肉と新ごぼうの煮物

醤油と砂糖を使った煮物に酢を加えると、さっぱりとした味に仕上がります。また、砂糖は黒砂糖を使い、白い砂糖とは一味違う独特のコクをプラスしました。ごぼうは春が旬の新ごぼうを使います。



★20日(月) お好み揚げ(小袋ソース)

お好み揚げは、大阪の名物の「お好み焼き」を、かき揚げにしたものです。キャベツや紅しょうが、青のりが入っていて、味はお好み焼きそのものです。ソースをかけて食べてくださいね。



NEW

★21日(火) サラダチキンの春サラダ(ごまドレッシング)

タンパク質が豊富で低脂肪の鶏むね肉を使用し、サラダチキンを作ります。それを、アスパラガス・春キャベツ・人参・コーンを使ったサラダに乗せて、ごまドレッシングをかけて食べます。サラダではあるものの、サラダチキンを乗せて、メイン料理にもなるようなサラダを目指しました。



枚方市の中学校給食

中学校給食の献立は、枚方市の栄養教職員が作成しています。中学生の昼食にふさわしいものとなるように「栄養バランス」「おいしさ」「季節感」「手作り」「安全性」などのこだわりを大切にしています。旬の食材を多く使用し、伝統的な行事食や郷土料理、世界の料理などを取り入れています。成長期に必要な栄養素が十分摂れるよう、好き嫌いをせず、しっかり食べてください。



《今日の給食(山田中)》

今年から、アレルギー情報をより分かりやすくするために、小学校給食のアレルギー対応献立表のルールと同じ表記が変わりました!

今年度から、アレルギー情報をより分かりやすくするために、小学校給食のアレルギー対応献立表のルールと同じ表記が変わりました! どの献立に、どのアレルギーが含まれているのかを、色で判るようにしています。

令和8年 4月		枚方市 中学校給食 献立表			
月	火	水	木	金	
<p>★枚方市の中学校給食のアレルギー対応について</p> <p>★基本食・アレルギーを含むおかずは色分けをして表記しています。</p> <p>★アレルギー対応食・基本食で上記アレルギーの使用がある場合は、代替献立を提供しています。</p> <p>★基本食・アレルギー対応食共通</p> <p>・上記以外の重大アレルギーである、そば・落花生・かに・くるみの使用はありません。</p> <p>・使用するようには、原材料に小麦・大豆が含まれています。これについては記載していません。</p>					
9	10	11	12	13	
①米粉のビーフカレー	①鶏肉と新ごぼうの煮物	①肉ボール	①トマトソースハンバーグ	①焼き魚(鮭)	
②ツナひじきサラダ	②春キャベツと鶏団子のスープ	②コンソメ	②じゃがいもの炒め物	②きくらげ	
③フルーツポンチ(りんご・梨)	③黒ご飯	③チーズクリームソース	③とうもろこしスープ	③人参シリンジ	
④黒ご飯	④黒ご飯	④黒ご飯	④黒ご飯	④黒ご飯	
⑤黒ご飯	⑤黒ご飯	⑤黒ご飯	⑤黒ご飯	⑤黒ご飯	
⑥黒ご飯	⑥黒ご飯	⑥黒ご飯	⑥黒ご飯	⑥黒ご飯	
⑦黒ご飯	⑦黒ご飯	⑦黒ご飯	⑦黒ご飯	⑦黒ご飯	
⑧黒ご飯	⑧黒ご飯	⑧黒ご飯	⑧黒ご飯	⑧黒ご飯	
⑨黒ご飯	⑨黒ご飯	⑨黒ご飯	⑨黒ご飯	⑨黒ご飯	
⑩黒ご飯	⑩黒ご飯	⑩黒ご飯	⑩黒ご飯	⑩黒ご飯	
⑪黒ご飯	⑪黒ご飯	⑪黒ご飯	⑪黒ご飯	⑪黒ご飯	
⑫黒ご飯	⑫黒ご飯	⑫黒ご飯	⑫黒ご飯	⑫黒ご飯	
⑬黒ご飯	⑬黒ご飯	⑬黒ご飯	⑬黒ご飯	⑬黒ご飯	
⑭黒ご飯	⑭黒ご飯	⑭黒ご飯	⑭黒ご飯	⑭黒ご飯	
⑮黒ご飯	⑮黒ご飯	⑮黒ご飯	⑮黒ご飯	⑮黒ご飯	
⑯黒ご飯	⑯黒ご飯	⑯黒ご飯	⑯黒ご飯	⑯黒ご飯	
⑰黒ご飯	⑰黒ご飯	⑰黒ご飯	⑰黒ご飯	⑰黒ご飯	
⑱黒ご飯	⑱黒ご飯	⑱黒ご飯	⑱黒ご飯	⑱黒ご飯	
⑲黒ご飯	⑲黒ご飯	⑲黒ご飯	⑲黒ご飯	⑲黒ご飯	
⑳黒ご飯	⑳黒ご飯	⑳黒ご飯	⑳黒ご飯	⑳黒ご飯	
㉑黒ご飯	㉑黒ご飯	㉑黒ご飯	㉑黒ご飯	㉑黒ご飯	
㉒黒ご飯	㉒黒ご飯	㉒黒ご飯	㉒黒ご飯	㉒黒ご飯	
㉓黒ご飯	㉓黒ご飯	㉓黒ご飯	㉓黒ご飯	㉓黒ご飯	
㉔黒ご飯	㉔黒ご飯	㉔黒ご飯	㉔黒ご飯	㉔黒ご飯	
㉕黒ご飯	㉕黒ご飯	㉕黒ご飯	㉕黒ご飯	㉕黒ご飯	
㉖黒ご飯	㉖黒ご飯	㉖黒ご飯	㉖黒ご飯	㉖黒ご飯	
㉗黒ご飯	㉗黒ご飯	㉗黒ご飯	㉗黒ご飯	㉗黒ご飯	
㉘黒ご飯	㉘黒ご飯	㉘黒ご飯	㉘黒ご飯	㉘黒ご飯	
㉙黒ご飯	㉙黒ご飯	㉙黒ご飯	㉙黒ご飯	㉙黒ご飯	
㉚黒ご飯	㉚黒ご飯	㉚黒ご飯	㉚黒ご飯	㉚黒ご飯	
㉛黒ご飯	㉛黒ご飯	㉛黒ご飯	㉛黒ご飯	㉛黒ご飯	
㉜黒ご飯	㉜黒ご飯	㉜黒ご飯	㉜黒ご飯	㉜黒ご飯	
㉝黒ご飯	㉝黒ご飯	㉝黒ご飯	㉝黒ご飯	㉝黒ご飯	
㉞黒ご飯	㉞黒ご飯	㉞黒ご飯	㉞黒ご飯	㉞黒ご飯	
㉟黒ご飯	㉟黒ご飯	㉟黒ご飯	㉟黒ご飯	㉟黒ご飯	
㊱黒ご飯	㊱黒ご飯	㊱黒ご飯	㊱黒ご飯	㊱黒ご飯	
㊲黒ご飯	㊲黒ご飯	㊲黒ご飯	㊲黒ご飯	㊲黒ご飯	
㊳黒ご飯	㊳黒ご飯	㊳黒ご飯	㊳黒ご飯	㊳黒ご飯	
㊴黒ご飯	㊴黒ご飯	㊴黒ご飯	㊴黒ご飯	㊴黒ご飯	
㊵黒ご飯	㊵黒ご飯	㊵黒ご飯	㊵黒ご飯	㊵黒ご飯	
㊶黒ご飯	㊶黒ご飯	㊶黒ご飯	㊶黒ご飯	㊶黒ご飯	
㊷黒ご飯	㊷黒ご飯	㊷黒ご飯	㊷黒ご飯	㊷黒ご飯	
㊸黒ご飯	㊸黒ご飯	㊸黒ご飯	㊸黒ご飯	㊸黒ご飯	
㊹黒ご飯	㊹黒ご飯	㊹黒ご飯	㊹黒ご飯	㊹黒ご飯	
㊺黒ご飯	㊺黒ご飯	㊺黒ご飯	㊺黒ご飯	㊺黒ご飯	
㊻黒ご飯	㊻黒ご飯	㊻黒ご飯	㊻黒ご飯	㊻黒ご飯	
㊼黒ご飯	㊼黒ご飯	㊼黒ご飯	㊼黒ご飯	㊼黒ご飯	
㊽黒ご飯	㊽黒ご飯	㊽黒ご飯	㊽黒ご飯	㊽黒ご飯	
㊾黒ご飯	㊾黒ご飯	㊾黒ご飯	㊾黒ご飯	㊾黒ご飯	
㊿黒ご飯	㊿黒ご飯	㊿黒ご飯	㊿黒ご飯	㊿黒ご飯	

アレルギー対応献立は、赤字で示しています。



就学援助費を申請される皆様
令和8年度の就学援助費の支給が決定されるまでは、事前入金が必要です。
注文された分の給食費を返金いたします。

また、アレルギー対応献立も、どの献立がアレルギー対応している献立かを分かりやすくするために、赤字で表示しています。