



令和6年12月 和歌山市中学校給食献立表



2日(月)869kcal すまし汁(汁物容器):10kcal 白菜、三つ葉、塩、昆布、かつお節、醤油(淡) そばろ丼:197kcal 鶏肉、こんにゃく、人参、さやいんげん、しょうが、大豆油、砂糖、醤油(濃)、みりん、酒、卵、塩 きのこのかきあげ:97kcal まいたけ、いか、玉ねぎ、塩、昆布茶、小麦粉、片栗粉、揚げ油 ほうれん草のゴマ和え:20kcal ほうれん草、人参、ごま、砂糖、醤油(淡) 人参のサッパリ炒め:14kcal えのきたけ、人参、大豆油、醤油(淡)、砂糖、ゆず果汁	3日(火)887kcal 麦ご飯:392kcal ホイコーロー:139kcal 豚肉、しょうが、ごま油、キャベツ、人参、ピーマン、たけのこ、みそ(赤)、砂糖、酒、醤油(濃)、トウバンジャン チーズはんぺんフライ:129kcal チーズはんぺんフライ、揚げ油 いんげんのゴマ和え:22kcal さやいんげん、ごま、砂糖、醤油(淡)、塩 みたらし豆腐:67kcal 高野豆腐、砂糖、片栗粉、小麦粉、揚げ油、醤油(濃)、きな粉、塩	4日(水)896kcal 米粉パン:366kcal コーンポタージュ(汁物容器):49kcal 玉ねぎ、牛乳、パセリ、塩、こしょう(白)、スイートコーンクリーム、スイートコーンホール、ポタージュの素 鶏肉のエスニック揚げ:197kcal 鶏肉、カレー粉、塩、こしょう(白)、片栗粉、小麦粉、揚げ油、もやし、有塩バター、醤油(淡) ペペロンチーノ:98kcal スパゲッティ、豚肉、キャベツ、醤油(淡)、にんにく、塩、こしょう(黒)、オリーブ油、ぶどう酒(白)、たかのつめ カリフラワーのトマト煮:30kcal カリフラワー、にんにく、じゃがいも、塩、ホールトマト、オリーブ油、こしょう(黒)、レモン果汁、ウスターソース パイソ:17kcal	5日(木)896kcal ハヤシライス(汁物容器):153kcal 牛肉、人参、玉ねぎ、マッシュルーム、ビーフシチュールー、ケチャップ、とんかつソース、ホールトマト、ウスターソース、大豆油、ぶどう酒(赤) 白身魚のサクサク揚げ:139kcal ホキ、塩、こしょう(白)、小麦粉、片栗粉、ベーキングパウダー、揚げ油、小松菜、大豆油、醤油(淡)、砂糖 ほうれん草と卵のソテー:33kcal ほうれん草、キャベツ、卵、大豆油、こしょう(白)、醤油(淡) 海藻サラダ:16kcal きゅうり、海藻ミックス、米酢、醤油(淡)、砂糖、ごま 粉ふき芋:23kcal じゃがいも、塩、パセリ、こしょう(白)	6日(金)805kcal 玄米ご飯:394kcal 豚肉の唐揚げ:184kcal 豚肉、塩、こしょう(白)、酒、にんにく、小麦粉、片栗粉、こねぎ、砂糖、醤油(濃)、みりん、ごま、揚げ油、もやし、スイートコーンホール、大豆油、固形コンソメ 平天とこんにゃくの炒め煮:67kcal 平天、こんにゃく、さやいんげん、たけのこ、ごま油、醤油(淡)、酒、みりん しめじ和え:13kcal 人参、チンゲンサイ、しめじ、砂糖、醤油(濃) 白菜の甘酢:11kcal 白菜、昆布、砂糖、米酢、醤油(淡)
9日(月)845kcal 麦ご飯:392kcal 鯖の生姜しょうゆ:239kcal 鯖、塩、酒、片栗粉、揚げ油、みりん、醤油(淡・濃)、砂糖、しょうが、根深ねぎ、チンゲンサイ、こしょう(白)、ごま油、ガラスープの素 根菜の炒めもの:45kcal しょうが、大根、ごぼう、人参、酒、みりん、砂糖、醤油(濃)、大豆油 三色ナムル:20kcal ほうれん草、もやし、人参、ごま油、砂糖、醤油(濃) わかめの酢の物:11kcal わかめ、きゅうり、醤油(淡)、米酢、砂糖	10日(火)840kcal 鶏肉のからあげ:189kcal 鶏肉、唐揚げ粉、小麦粉、揚げ油、カットコーン、塩 野菜ソテー:59kcal 豚肉、ほうれん草、しめじ、人参、塩、大豆油、こしょう(白)、醤油(淡)、有塩バター コールスローサラダ:45kcal キャベツ、スイートコーンホール、マヨネーズ、レモン果汁、塩、こしょう(白)、砂糖、醤油(淡) 昆布の佃煮:15kcal 昆布、みりん、砂糖、醤油(淡)、酒、ごま	11日(水)913kcal 白菜スープ(汁物容器):24kcal 白菜、豚肉、塩、こしょう(白)、中華スープの素、ごま ミートスパゲッティ:196kcal スパゲッティ、牛肉、豚肉、玉ねぎ、大豆、オリーブ油、塩、こしょう(白)、砂糖、ケチャップ、トマトピューレー 野菜のツナタルソース:114kcal 人参、ブロッコリー、じゃがいも、ツナ、パセリ、塩、オリーブ油、こしょう(白)、砂糖、マヨネーズ さつまいものレモン煮:62kcal さつまいも、グラニュー糖、レモン果汁 黄桃:17kcal	12日(木)846kcal 照り焼きハンバーグ:191kcal ハンバーグ、玉ねぎ、しょうが、ごま油、砂糖、醤油(濃)、酒、片栗粉、スパゲッティ、オリーブ油、塩、こしょう(黒)、バジル みそ大根:45kcal 厚揚げ、こんにゃく、大根、かつお節、昆布、醤油(淡)、みりん、みそ(淡) 春雨の酢の物:35kcal 春雨、きゅうり、人参、米酢、砂糖、醤油(淡) れんこんチップス:41kcal れんこん、揚げ油、片栗粉、塩	13日(金)854kcal 玉子丼(汁物容器):102kcal 卵、玉ねぎ、しめじ、かまぼこ、大豆油、砂糖、醤油(淡)、酒、かつお節、片栗粉 上海風焼きそば:109kcal 中華めん、いか、えび、キャベツ、もやし、ニラ、醤油(濃)、砂糖、中華スープの素、大豆油 ちくわの磯辺揚げ:82kcal 竹輪、青のり、小麦粉、揚げ油 白菜の塩昆布和え:9kcal 白菜、塩昆布、醤油(淡) こんにゃくのピリ辛炒め:22kcal こんにゃく、ごま油、米酢、醤油(濃)、砂糖、たかのつめ、かつお節
16日(月)816kcal エビフライ:177kcal エビフライ、揚げ油、ブロッコリー、塩、タルタルソース 野菜炒め:49kcal 豚肉、キャベツ、人参、しいたけ、もやし、ピーマン、大豆油、塩、こしょう(黒)、醤油(濃)、固形コンソメ 青紫蘇サラダ:17kcal 大根、人参、わかめ、青紫蘇ドレッシング じゃがいもの粉チーズ和え:39kcal じゃがいも、揚げ油、塩、こしょう(黒)、パセリ、粉チーズ	17日(火)855kcal 豚じゃが:158kcal 豚肉、じゃがいも、人参、玉ねぎ、こんにゃく、さやいんげん、塩、かつお節、昆布、みりん、酒、大豆油、砂糖、醤油(淡) 春巻き:87kcal 春巻、揚げ油、ブロッコリー、塩 白菜の甘酢:23kcal 白菜、きゅうり、ごま、砂糖、米酢、醤油(淡) 甘辛ごぼう:56kcal ごぼう、片栗粉、小麦粉、揚げ油、ごま、砂糖、醤油(濃)、みりん	18日(水)808kcal コンソメスープ(汁物容器):15kcal 玉ねぎ、キャベツ、塩、こしょう(白)、固形コンソメ、醤油(淡) 照り焼きチキン:119kcal 鶏肉、こしょう(白)、醤油(濃)、みりん、砂糖、塩、片栗粉、ピーマン(赤・黄)、大豆油 ブロッコリーのきのこクリームソース:68kcal ブロッコリー、しめじ、ベーコン、玉ねぎ、大豆油、クリームシチュールー、牛乳 フルーツポンチ:34kcal みかん、もも、寒天 マカロニサラダ(マヨ):71kcal マカロニ、きゅうり、マヨネーズ、塩、スイートコーンホール、こしょう(白)	19日(木)841kcal 麻婆春雨:121kcal 豚肉、人参、玉ねぎ、しょうが、たけのこ、こねぎ、春雨、トウバンジャン、みそ(赤)、醤油(濃)、酒、中華スープの素、ごま油、片栗粉 揚げシューマイ:131kcal シューマイ、揚げ油 豆とキャベツのサラダ:40kcal キャベツ、大豆、きゅうり、ごま、スイートコーンホール、砂糖、米酢、醤油(淡) 人参のナムル:15kcal もやし、人参、ごま油、砂糖、醤油(濃)	20日(金)810kcal 麦ご飯:392kcal 豚ニラ炒め:126kcal 豚肉、塩、酒、醤油(淡)、砂糖、大豆油、ニラ、キャベツ、たけのこ、しいたけ、中華スープの素 あげたま煮:112kcal 油揚げ、卵、玉ねぎ、こねぎ、砂糖、醤油(淡)、片栗粉、かつお節 野菜のゆず風味:24kcal 白菜、小松菜、スイートコーンホール、ゆず果汁、米酢、醤油(濃)、砂糖 かぼちゃのだし煮:18kcal かぼちゃ、かつお節、醤油(淡)、みりん、砂糖
23日(月)972kcal 麦ご飯:391kcal カレーライス(汁物容器):122kcal 豚肉、しょうが、にんにく、塩、こしょう(白)、大豆油、厚揚げ、しめじ、春雨、ニラ、中華スープの素、トウバンジャン、みそ(赤)、ごま油、片栗粉 チキンソテー:136kcal 鶏肉、塩、こしょう(黒)、醤油(濃)、酒、砂糖、マカロニ、オリーブ油 お好み揚げ:144kcal 竹輪、桜えび、玉ねぎ、青のり、塩、小麦粉、揚げ油、ケチャップ、ウスターソース、砂糖 野菜の胡麻ドレッシング:24kcal キャベツ、きゅうり、スイートコーンホール、胡麻ドレッシング(小袋) 福神漬:14kcal	24日(火)819kcal 厚揚げのピリ辛炒め:122kcal 豚肉、酒、こしょう(白)、醤油(淡)、しょうが、にんにく、大豆油、厚揚げ、しめじ、春雨、ニラ、中華スープの素、トウバンジャン、みそ(赤)、ごま油、片栗粉 ミートボール:126kcal ミートボール、玉ねぎ、オリーブ油、ホールトマト、固形コンソメ、ローリエ、ケチャップ、砂糖、ウスターソース はりはり和え:26kcal 小松菜、切干大根、人参、昆布、米酢、砂糖、醤油(淡)、塩 キャベツのマリネ:15kcal キャベツ、オリーブ油、米酢、レモン果汁、砂糖、こしょう(黒)	<ul style="list-style-type: none"> ・毎週水曜日はパンの日となっています。 ・12月18日は「クリスマス」、20日は「冬至」の献立です。 ・給食日には、おはしを各自持ってきてください。なお、マークの付いている日は、おはしに加えてスプーンも持ってきてください。 ・日付の横に主食・牛乳・副食の総エネルギー量を、献立名の横には各々のエネルギー量を示しています。 ・献立に使用する食材は、天候等により変更する場合があります。 ・献立表に記載されていても、学校行事などにより給食を実施しない場合があります。 ・学校行事等によって申込方法欄にある給食申込期間、振込期間等が変更になる場合、別途学校から連絡がありますので、その指示に従って申込み等を行ってください。 		

注意事項

- アレルギーをお持ちのお子さまの保護者さまは、献立表裏面のアレルギー特定原材料一覧表を熟読の上、お子さまの給食申込みの可否を判断してください。その上で、万一お子さまが給食によってアレルギー反応を起こされたとしても、和歌山市教育委員会及び学校は、それによって生じるいかなる責任も負いません。
- 給食申込者等の個人情報(年齢、性別、住所、電話番号、アレルギー情報)は、学校給食調理配送等業務の委託業者に提供され、中学校給食の申込受付、納付確認、統計処理の目的にのみ使用されます。給食を申し込んだ生徒の保護者さまは、委託業者への個人情報提供に同意したものとみなします。

給食費を返金できない場合

- ・インフルエンザ等によって学級閉鎖を決定した当日
- ・気象警報が当日午前6時を過ぎて発令されたとき
- ・個人的な理由によるキャンセルは原則不可

申込方法

給食を申し込まれる生徒保護者様へ

- ※①申込期間内に生徒を通じて、左下の給食申込書を学級担任にお渡しください。申込期間を過ぎると、その月の給食申込みを受け付けることができません。
- ※②給食を申し込んだ生徒に後日、学級担任が振込用紙を配布します。配布された振込用紙を用いて、振込期間内にゆうちょ銀行で当月の給食費(1か月分)を振込んでください。
- ※③自動払込み(自動引落し)を利用している方は、自動払込日(前日)が土日祝の場合直前の平日)までに、当月の給食費(1か月分)と自動払込手数料を口座に入金してください。
- ※④振込手数料及び自動払込手数料は保護者負担となります。
- ※⑤振込期間内の振込み又は自動払込日の自動払込みを確認できなかった場合、給食申込みは取消しとなります。
- ※⑥生活保護、就学援助対象のご家庭には給食費が援助されますが、給食申込みは必要です。
- ※⑦給食申込みの時点で、生活保護又は就学援助に認定されていなかったご家庭が後日、生活保護又は就学援助に認定された場合、その期間のすでに支払っている給食費は、学校を通じて返金されます。

キリトリ

給食申込票(12月分)

中学校名	学年	組	出席番号	生徒氏名
中学校	年	組		(フリガナ)

キリトリ

※①給食を申し込む方は上の欄に必要事項を記入し、申込期間内に学級担任に渡してください。
 ※②給食を申し込まない方は提出の必要はありません。

12月分の給食申込期間、振込期間および自動払込日

申込期間	10/24(木)～10/29(火)
振込期間	11/9(土)～11/14(木)
自動払込日	11/14(木)

令和6年12月 アレルギー特定原材料等一覧表

※厚生労働省より表示義務および奨励されている特定原材料等を表記

日	献立名・料理名	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	いか	いわし	いくら	オレング	キウイフルーツ	牛肉	くるみ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	ゴマ
2月	すまし汁	●															●										
	そばろ	●	●														●	●									
	きのこのかきあげ	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△
	ほうれん草のゴマ和え	●															●										●
	人参のサッパリ炒め	●															●										
3月	ホイコーロー	●															●	●									●
	チーズはんぺんフライ	●	△	●	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△
	いんげんのゴマ和え	●															●										●
4月	みたらし豆腐	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△
	コーンポタージュ	●			●													●									
	鶏肉のエスニック揚げ	●	△	△	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△
	ペペロンチーノ	●															●										
5月	カリフラワーのトマト煮																										
	パイン																										
	ハヤシライス	●			●													●	●	●							
	白身魚のサクサク揚げ	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△
6月	ほうれん草と卵のソテー	●	●														●										
	海藻サラダ	●															●										●
	粉ふき芋																										
	豚肉の唐揚げ	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△
9月	平天とこんにゃくの炒め煮	●															●										●
	しめじ和え	●															●										
	白菜の甘酢	●															●										
	鯖の生姜しょうゆ	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△
10月	根菜の炒めもの	●															●										
	三色ナムル	●															●										
	わかめの酢の物	●															●										
	鶏肉のからあげ	●	△	△	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△
11月	野菜ソテー	●			●												●										
	コールスローサラダ	●	●														●										
	昆布の佃煮	●															●										●
	白菜スープ																●	●	●								●
12月	ミートスパゲッティ	●															●										●
	野菜のツナタルソース				●												●										
	さつまいものレモン煮																										
	黄桃																										
12月	照り焼きハンバーグ	●															●	●	●								●
	みそ大根	●															●										
	春雨の酢の物	●															●										
	れんこんチップス	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△

日	献立名・料理名	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	いか	いわし	いくら	オレング	キウイフルーツ	牛肉	くるみ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	ゴマ
13日	玉子丼(汁物)	●		●													●										
	上海風焼きそば	●															●	●	●								
	ちくわの磯辺揚げ	●	△	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△
	白菜の塩昆布和え	●																●									
	こんにゃくのピリ辛炒め	●																●									●
16日	エビフライ	●	△	●	●	△	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△
	野菜炒め	●																●	●								
	青紫蘇サラダ	●																●									
	じゃがいもの粉チーズ和え	△	△	△	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△
17日	豚じゃが	●																●	●								
	春巻き	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△
	白菜の甘酢	●																●									●
	甘辛ごぼう	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△
18日	コンソメスープ	●																●	●	●							
	照り焼きチキン	●																●	●								
	ブロッコリーのきのこクリームソース	●				●												●	●	●							
	フルーツポンチ																										
19日	マカロニサラダ(マヨ)	●		●														●									
	麻婆春雨	●																●	●	●							●
	揚げシューマイ	●	△	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△
	豆とキャベツのサラダ	●																●									●
20日	にんじんのナムル	●																●									●
	豚ニラ炒め	●																●	●								
	あげたま煮	●		●														●									
	野菜のゆず風味	●																●									
23日	かぼちゃのだし煮	●																●									
	カレーライス	●			●													●	●	●							
	チキンソテー	●																●	●								
	お好み揚げ	●	△	●	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△
24日	野菜の胡麻ドレッシング	●																●									●
	福神漬	●																									