





<p>~新しい献立の紹介~</p>  <p>9日(木)わらびもち 15日(水)ブロッコリーの和え物 21日(火)豚肉のピリ辛丼 22日(水)豚肉の塩こうじ炒め 23日(木)キャベツのバジル風サラダ</p> <p>新しい献立には★がついています。</p>	<p>7日(火) 入学式</p> 	<p>8日(水) 始業式</p> 	<p>9日(木) 牛乳 ごはん</p> <p>塩から揚げ チンゲン菜のナムル</p> <p>キムタクごはん</p> <p>★わらびもち</p> <p>ごはんにかけて 食べましょう</p>	<p>10日(金) 牛乳 炊き込みご飯</p> <p>豚肉のしょうが炒め ホキのバーベキューソース</p> <p>野菜ソテー</p> <p>★キャベツの塩昆布和え</p>
<p>13日(月) 牛乳 ごはん</p> <p>豚キムチ マカロニサラダ</p> <p>たらのごま揚げ</p>	<p>14日(火) 牛乳 ごはん</p> <p>鶏肉のハーブ焼き ツナマリネ</p> <p>にんじんの甘煮</p> <p>★わかめの炒め煮</p> <p>★鮭そぼろ</p> <p>ごはんにかけて 食べましょう</p>	<p>15日(水) 牛乳 ごはん</p> <p>ビーフストロガノフ</p> <p>ゆでウインナー</p> <p>★ブロッコリーの和え物</p> <p>じゃがいものマヨネーズ焼き</p> <p>ごはんにかけて 食べましょう</p>	<p>16日(木) アシドミルク ごはん</p> <p>油淋鶏 わかめ和え</p> <p>肉野菜炒め</p> <p>★みかん缶</p>	<p>17日(金) 牛乳 コップパン</p> <p>ポークビーンズ ロングメンチカツ</p> <p>いんげんとベーコンの炒め物</p> <p>★いちごジャム</p>
<p>20日(月) 牛乳 ごはん</p> <p>から揚げ もやしのナムル</p> <p>セルフチャーハン</p> <p>無限ピーマン</p> <p>ごはんにかけて 食べましょう</p>	<p>21日(火) 牛乳 ごはん</p> <p>★豚肉のピリ辛丼 かぼちゃコロック</p> <p>★キャベツとコーンのソテー</p> <p>ツナスパゲッティ</p> <p>フルーツミックス</p> <p>ごはんにのせて 食べましょう</p>	<p>22日(水) 牛乳 わかめごはん</p> <p>★豚肉の塩こうじ炒め ほうれん草のサラダ</p> <p>★じゃがいも</p> <p>ちくわの磯辺揚げ</p> <p>ごはんにかけて 食べましょう</p>	<p>23日(木) 牛乳 ごはん</p> <p>カレーライス</p> <p>★キャベツのバジル風サラダ</p> <p>福神漬</p> <p>ヒレカツ</p> <p>ごはんにかけて 食べましょう</p>	<p>24日(金) ジョア(ストロベリー) ごはん</p> <p>さわらの竜田揚げ チンゲン菜とささみの炒め物</p> <p>いんげんの炒め物</p> <p>★みたらし団子</p> <p>牛ひじきそぼろ</p> <p>ごはんにかけて 食べましょう</p>
<p>27日(月) 牛乳 ごはん</p> <p>タコライス</p> <p>ミニフィッシュ</p> <p>カレーボール</p> <p>ごはんにのせて 食べましょう</p>	<p>28日(火) 牛乳 ごはん</p> <p>豚肉のりんごソース炒め コールスローサラダ</p> <p>揚げぎょうざ</p> <p>★黒砂糖豆</p> <p>昭和の日</p> <p>ごはんにかけて 食べましょう</p>	<p>29日(水) 牛乳 ごはん</p> <p>昭和の日</p> <p>メヒカリカレーフライ</p> <p>ごはんにかけて 食べましょう</p>	<p>30日(木) 牛乳 ごはん</p> <p>中華丼 かぼちゃサラダ</p> <p>★パン缶</p> <p>メヒカリカレーフライ</p> <p>ごはんにかけて 食べましょう</p>	<p>給食の感想や要望はこちらのQRコードからお願いします♪</p> 

※栄養価は、左からエネルギー (kcal)、たんぱく質 (g)、脂質 (g) の順に記載しています。

(文部科学省基準)	エネルギー	たんぱく質	脂質
	830kcal	27~42g	18~28g

給食モニター制度を実施しています!

中学校給食に対する生徒のみなさんの生の声を聞き、より良い給食にしたいため、令和4年度から各校の生徒会や委員会のメンバーにモニターになってもらい、給食に関する感想や意見を回答してもらっています。給食に興味のある人や思いを伝えたい人は下記を参考に回答してください。

回答の所要時間は1分程度です。やってみたく感じた人はできるだけ毎日回答するようお願いいたします。毎日が無理なときは、できるときだけでもいいですよ。

〇回答方法

- ①給食後、タブレットで右のQRコードを読み取ってください。
- ②その日の給食についての感想を入力してください。

〇入力内容

味の感想、見た目の感想、改善してほしい点などを入力してください。回答のコメントは「もう少し肉の量を増やしたほうが良い」、「もっと〇〇の献立を増やしてほしい」など具体的に入力するようにしてください。

みなさんの意見を参考に美味しい給食を作りたいと思います。ご協力をお願いします!

