

生徒 350円
生徒以外 550円

令和2年5月 尼崎市中学校弁当献立表

尼崎市教育委員会中学校給食担当



令和2年5月11日(月)～令和2年5月29日(金)

日				7(木)	8(金)
献立	<p>【お知らせ】 新型コロナウイルス発生の影響等により、弁当休業日や献立内容に変更がある場合があります。あらかじめご理解ください。</p>			<p>※当事業はありません</p> <p>食券の販売はありません</p> <p>弁当休業日</p>	<p>WELCOME!</p> <p>食券販売のみ</p> <p>(受付時間は裏面をご覧ください)</p>
アレルギー物質					
栄養価					*栄養価は、(株)ハークスレイ計算 E:エネルギー、P:たんぱく質、F:脂質
日	11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)
献立	<p>◆しょうが焼と天ぷら◆ 豚のしょうが焼き えび天ぷら かれい天ぷら いんげん天 ポテトサラダ リーフレタス いんげんごまあえ うぐいす豆 ごはん(250g)・ゴマ</p>	<p>◆牛焼肉弁当◆ 牛焼肉炒め(玉ねぎ入り) 唐揚 厚焼たまご スパゲティ ポテトサラダ ホールコーン リーフレタス ごはん(250g)・ゴマ ★～おすすめ～★</p>	<p>◆唐揚げ弁当◆ 唐揚(5個) スパゲティ ポテトサラダ ホールコーン リーフレタス 人参 ごはん(250g)・ゴマ ♪～人気の定番～♪</p>	<p>◆のり&ビーフメンチかつ◆ ビーフメンチかつ ポークウインナー ちくわ天ぷら 厚焼たまご ポテトフライ・スパゲティ ポテトサラダ・ホールコーン リーフレタス・人参 きんぴらごぼう ごはん(250g)・のり・かつお節(せ)</p>	<p>◆とり天タルタルと煮物◆ とり天ぷら(タルタルソースかけ) ポークウインナー たまご焼 かぼちゃ素揚げ 煮物盛り合わせ リーフレタス いんげんごまあえ うぐいす豆 ごはん(250g)・ゴマ</p>
アレルギー物質	卵・乳・小麦・えび	卵・乳・小麦	卵・乳・小麦	卵・乳・小麦	卵・乳・小麦
栄養価	E885kcal、P22g、F35g	E851kcal、P30g、F30g	E899kcal、P38g、F29g	E904kcal、P22g、F29g	E850kcal、P24g、F30g
日	18(月)	19(火)	20(水)	21(木)	22(金)
献立	<p>◆とりめし&コロッケ◆ とりめし(ごはん250g) コロッケ ちくわ天ぷら 厚焼たまご ミートボール スパゲティ ポテトサラダ・ホールコーン リーフレタス・人参 きんぴらごぼう</p>	<p>◆とりまヨ竜田◆ とり竜田揚げ(マヨネーズかけ) 温野菜添え(赤パプリカ・かぼちゃ 素揚げ・スナックえんどう・リーフレタス) たまご焼 ミートボール さつま揚げ いんげんごまあえ うぐいす豆 ごはん(250g)・ゴマ</p>	<p>◆ヒレかつと野菜炒め◆ 豚のヒレカツ 豚肉野菜炒め ちくわ天ぷら たまご焼 いんげんごまあえ うぐいす豆 ごはん(250g)・ゴマ</p>	<p>◆牛肉甘辛炒めとかきあげ◆ 牛肉甘辛炒め 野菜かきあげ いんげんごまあえ うぐいす豆 ごはん(250g)・ゴマ</p>	<p>◆かつカレー◆ カレー ロースかつ(ハーフかつ) ポテトサラダ ホールコーン リーフレタス 人参 ごはん(250g)</p>
アレルギー物質	卵・乳・小麦	卵・乳・小麦	卵・乳・小麦	卵・乳・小麦	卵・乳・小麦
栄養価	E1058kcal、P30g、F37g	E874kcal、P26g、F35g	E795kcal、P21g、F25g	E873kcal、P19g、F27g	E874kcal、P24g、F31g
日	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)
献立	<p>◆高菜ごはん&とり天タルタル◆ とり天ぷら(タルタルソースかけ) コロッケ ミートボール スパゲティ ポテトサラダ ホールコーン リーフレタス・人参 きんぴらごぼう ごはん(250g)・高菜・錦糸卵(せ)</p>	<p>◆牛焼肉重◆ 牛焼肉炒め(玉ねぎ入り) ポテトサラダ・ホールコーン リーフレタス しば漬 ごはん(300g)・ゴマ ★～みんな大好き～★</p>	<p>◆豚焼肉&デミバーグ◆ 豚焼肉炒め(玉ねぎ入り) プチデミバーグ かぼちゃ素揚げ ポテトフライ・スパゲティ ポテトサラダ・ホールコーン リーフレタス・人参 きんぴらごぼう ごはん(250g)・ゴマ</p>	<p>◆おろし天丼◆ えび天ぷら(2本) カレイ天ぷら ちくわ天ぷら なす天ぷら 大根おろし しば漬 ごはん(250g) ♪大人気♪</p>	<p>◆唐揚&カレーライス◆ カレー 唐揚(3個) ポテトサラダ ホールコーン リーフレタス 人参 ごはん(250g) ♪1番人気♪</p>
アレルギー物質	卵・乳・小麦	卵・乳・小麦	卵・乳・小麦	卵・小麦・えび	卵・乳・小麦
栄養価	E995kcal、P29g、F39g	E769kcal、P22g、F23g	E934kcal、P20g、F38g	E730kcal、P18g、F20g	E873kcal、P31g、F27g

弁当休業日
成良中：25
中央中：休みなし
日新中：休みなし
小田中：休みなし
小田北中：休みなし
大成中：休みなし
大庄中：8
大庄北中：25

立花中：休みなし
塚口中：休みなし
武庫中：休みなし
南武庫之荘中：休みなし
武庫東中：休みなし
常陽中：休みなし
園田中：休みなし
園田東中：休みなし
小園中：休みなし

★成良中★
★大庄北中★
23(土)臨時販売します!
23日(土)は右の献立です。利用の際には、ピンク色(1日用)食券をご利用下さい。

23(土)
◆テリヤキバーグ&えびかつ◆
テリヤキハンバーグ
ポークウインナー
ナポリタンスパゲティ
えびかつ
かぼちゃ天ぷら
リーフレタス
スナックえんどう
いんげんごまあえ
うぐいす豆
ごはん(250g)・ゴマ
卵・乳・小麦・えび
E856kcal、P23g、F28g

●5月8日(金) 食券販売日 受付時間

成良中	12:40~13:15	塚口中	12:40~13:10
中央中	12:40~13:15	武庫中	12:45~13:25
日新中	12:30~13:00	南武庫之荘中	12:20~13:00
小田中	12:40~13:15	武庫東中	12:45~13:15
小田北中	12:40~13:20	常陽中	12:25~13:05
大成中	12:35~13:10	園田中	12:40~13:20
大庄北中	12:40~13:10	園田東中	12:45~13:15
立花中	12:40~13:20	小園中	12:00~12:50

●5月11日(月) 食券販売日 受付時間

大庄中 12:40~13:20



「ほっかほっか亭」の弁当をアレンジし、中学生の栄養面等に配慮しています。そのため、店舗で販売している弁当と異なる内容になっています。お箸はついていません。

家庭から持参しにくいカレーライスや夏季限定冷やしうどん(予定)等、提供しています。

利用方法

- ① 利用日の前日(*1)の昼休み時間に、お金を持参し、配膳室(*2)で食券を記入し、申し込みます。
おつりは後日のお渡しとなりますので、できるだけおつりのないようにご持参ください。

生徒 350円(税込)、生徒以外 550円(税込)

- ② 利用日の昼休みに、配膳室に弁当を取りに行く。
- ③ 食べ終わった弁当容器を、配膳室のゴミ袋に入れる。

*1 利用日の前日が、日曜日、祝日等、学校が休みの日や、弁当休業日(テスト期間中など)は、前営業日までに手続きをしてください。(例:月曜日をキャンセルしたい時は、金曜日の営業時間までに手続きを!)

*2 大庄中、武庫東中、小園中は、配膳室以外の場所(学校が指定した場所)で行っています。

★献立表(カラー版)は、配膳室や尼崎市ホームページでご覧ください!

配膳室に、カラー写真の献立表を掲示しています。
また、尼崎市ホームページでもご覧いただくことができます。
「尼崎市中学校弁当献立表」で検索してください。

●中学校弁当栄養摂取基準

エネルギー835kcal(±10%) たんぱく質30g(25~40g) 脂質25g(19~28g)

●アレルギー物質について

使用する食品に卵・乳・小麦・そば・らっかせい・えび・かきが含まれる場合は表示します。



●食材調達等の都合により、変更になることがあります。

尼崎市教育委員会 中学校給食担当

電話:06-4950-5680

FAX:06-4950-5658