

学力アップ応援献立 体力アップ応援献立

町田市の中学校給食では、「学力アップ応援献立」や「体力アップ応援献立」で、生徒の皆さんが食と健康の関係を学べるような献立を毎月実施しています。

詳しくは裏面をチェック

このマークが目印!



毎月19日は食19の日!

今月は 韓国

中学校給食では、毎月19日の「食育の日」に様々な国の料理や食文化を知ってもらうため、世界の料理を献立に取り入れています。

2月は、「韓国」の料理を提供します。

詳しくは「主な使用食材一覧」をチェック

このマークが目印!



使用食材の詳細については、まちだ子育てサイトに掲載されている「詳細献立表」をご確認ください。

スプーン印のある日は、スプーンをご持参ください。ただし、箸は毎日つきます。



3月

いわしの蒲焼き

- ・生揚げと野菜のキムチ炒め
- ・野菜の昆布和え
- ・大豆のガーリック炒め
- ・きび入りごはん
- ・牛乳

リクエスト



4日 火

家常豆腐 (ジャーチャンドーフ)

- ・野菜コロケ
- ・ゆで野菜のごまだれかけ
- ・うずら卵の塩ゆで
- ・ごはん
- ・牛乳



5日 水

肉じゃが

- ・ししゃものごま焼き
- ・切干大根のソース炒め
- ・チーズ
- ・塩こんぶごはん
- ・牛乳



6日 木

大豆入りドライカレー

- ・いかのガーリック揚げ
- ・キャベツとツナのピリ辛和え
- ・すりおろし洋梨ミニゼリー
- ・パセリライス
- ・牛乳



7日 金

チキンカツ

- ・スパゲッティーナポリタン
- ・ごぼうのごまマヨサラダ
- ・さつまいものきんとん
- ・ペアー食パン
- ・牛乳



10日 月

麻婆豆腐

- ・竹輪の磯辺揚げ
- ・中華サラダ
- ・チーズ
- ・ごはん
- ・牛乳



11日 火

建国記念日



12日 水

鶏の唐揚げ

- ・小松菜とひじきのナムル
- ・リヨネーズポテト
- ・果物
- ・ごはん
- ・牛乳



13日 木

白身魚のフライ

- ・筑前煮
- ・さわやか漬け
- ・ヨーグルトゼリー
- ・ごはん
- ・牛乳

リクエスト



14日 金

豚肉のスタミナ炒め

- ・カラフルパスタ
- ・かぼちゃの甘煮
- ・おかかふりかけ
- ・ごはん
- ・牛乳

リクエスト



17日 月

生揚げ入りホイコウロウ

- ・魚の南部焼き
- ・豆入りポテトサラダ
- ・青菜の磯香和え
- ・ごはん
- ・牛乳



18日 火

さばの塩焼き

- ・豚肉のみそ炒め
- ・はりはり漬け
- ・果物
- ・ゆかりごはん
- ・牛乳



19日 水

ヤンニョムチキン

- ・チャプチェ風炒め
- ・かぼちゃとさつまいものサラダ
- ・すりおろしりんごミニゼリー
- ・ごはん
- ・牛乳



20日 木

豆腐ハンバーグトマトソース

- ・青菜とじゃがいものハム炒め
- ・きんぴら
- ・チーズ
- ・ごはん
- ・牛乳

リクエスト



21日 金

豚キムチ炒め

- ・コーンポテト
- ・枝豆とひじきの炒め煮
- ・豆腐ナゲット
- ・ごはん
- ・牛乳



24日 月

振替休日



25日 火

ぶりの照り焼き

- ・生揚げのきのこソースかけ
- ・野菜のごま和え
- ・大学芋
- ・ごはん
- ・牛乳



26日 水

鶏肉のタッカルビ風

- ・春雨サラダ
- ・がんもどきの煮つけ
- ・大根のゆかり和え
- ・ごま塩ごはん
- ・牛乳



27日 木

棒餃子チリソースかけ

- ・ビーフンと野菜のソテー
- ・小松菜とひじきのサラダ
- ・チーズ
- ・ごはん
- ・牛乳



28日 金

カレー味麻婆豆腐

- ・鶏肉のスタミナ焼き
- ・ポテト入りナムル
- ・きゅうりの塩昆布浅漬け
- ・ごはん
- ・牛乳

