

令和7年

御嵩町学校給食センター



6月のよてい!こんだてひょう



6月は食育月間です!



6月4日~10日は歯と口の健康週間です!



2日から6日はかみこたえのある献立が登場する「かみかみ週間」です。よくかんで食べよう!

月	火	水	木	金
御嵩町産の食べ物 へごやまちゃ みたけみそ じゃがいも たまねぎ	ぎふ♡ラブ献立 御嵩町や岐阜県の地場産物を紹介する献立です。ふるさと岐阜県のおいしい食べ物を食べて、元気に学校生活を送ってください。 19日 あゆ あゆは岐阜県の魚です。笑臉のあゆは香りがよいことから「香魚」と言われています。 13・18日 切干大根 昼と夜の温度の差で旨みのあるおいしい大根が育ちます。折れたり、曲がったりした大根を切干大根に加工しています。	24日 図書献立 「やさいでべったん」 タマネギやニンジンのきれはしなど、やさいのきれはしを使って、べったんべったんと、おしてあそびます。	19日 共和国の「ぎふ♡ラブ献立」 昨年度、箕輪中1年生のみなさんが、家庭科で給食献立をたて、代表献立を決定しました。通産地消など給食で大切にしているポイントが詰まったすてきな献立です。	
2日 かみかみ週間	3日	4日	5日	6日
ひじきのにつけ さつまいも チップス とりにくのスタミナやき むぎごはん しろみそしる 小647kcal 中817kcal	ごぼうサラダ(かおりごまドレ) こうや豆腐とツナのカップやき トマトライス 小694kcal 中834kcal	イタリアンサラダ(イタリアンドレ) ごぼうとだいずとごまかなのあげがらめ ソフトめん ミートソース 小706kcal 中909kcal	うのはないり ぶどうぐみ さばのてりやき むぎごはん かきたまじる 小673kcal 中839kcal	あじさいゼリー (ぶどう、りんご、ソーダふう) かみかみだいず ポテトグラタン やさいたっぷり くろコッパン なののコンソメスープ 小668kcal 中833kcal
9日	10日	11日	12日	13日 ぎふ♡ラブ献立
きんぴらごぼう さけのいろどりやき むぎごはん あわせみそしる 小645kcal 中820kcal	にんじんサラダ(わふうドレ) ミニアセロラゼリー シーズンチキン ①ナン キーマカレー 小653kcal 中862kcal	にくじゃが かわはぎのへごやまちゃてんぷら うどん きつねうどんのしる 小650kcal 中847kcal	うめおかかあえ さわらのみそネーズやき むぎごはん さわにわん 小611kcal 中774kcal	まめまめサラダ(ソイドレ) にゅうさんきん いんりょう ささみのレモンに きりぼしだいこんごはん 小674kcal 中788kcal
16日 残量調査週間	17日	18日 ぎふ♡ラブ献立	19日 共和国献立 ぎふ♡ラブ献立	20日
もやしのサラダ(ちゅうかドレ) キャンディチーズ(2こ) やさしいっぱいやきにく むぎごはん ちゅうかたまごスープ 小655kcal 中824kcal	そぼろごはんのぐ ①オレンジ かぼちゃのてんぷら むぎごはん みたけみそみそしる 小663kcal 中840kcal	きりぼしだいこんのうまに ①すいか あげやき豆腐のにくみそかけ むぎごはん ゆばいりすましじる 小682kcal 中879kcal	はるさめサラダ(バンバンジードレ) ①さくらんぼ あゆのからあげ むぎごはん とんじる 小613kcal 中781kcal	こまつなサラダ(わふうドレ) ①ももヨーグルト とりにくのマーメイドソース コッパン ポークビーンズ 小697kcal 中863kcal
23日	24日 図書献立	25日	26日	27日
かんてんのごまずあえ いわしのかばあげ むぎごはん みたけみそのかみなりじる 小640kcal 中816kcal	キャベツサラダ(あおじドレ) きなこタフィ カレーライス 小700kcal 中894kcal	かぼちゃサラダ(マヨネーズ) こごかな ぎょうざのあまずあん(小2 中3) ちゅうかそば ラーメンのしる 小629kcal 中765kcal	ちくげんに とりにくのみそチーズやき むぎごはん けんちんじる 小659kcal 中841kcal	ちゅうかサラダ(ちゅうかドレ) みかんゼリー わかさぎのあまず むぎごはん まいぼーどうふ 小680kcal 中858kcal
30日	よくかんで食べることは、健康づくりの第一歩です!			
ゆかりあえ かつおのレモンふうみ むぎごはん だいこんじる 小581kcal 中746kcal	むし歯を予防する	肥満を予防する	あごの発育を助ける	味覚の発達をうながす
	栄養の吸収がよくなる			

★都合により、献立を変更することがあります。＊○印は学校配送 ＊牛乳は毎日つきます。

御嵩町学校給食センター

17日(火)		18日(水)		19日(木)		20日(金)		23日(月)		24日(火)		25日(水)		26日(木)		27日(金)		30日(月)		10日使用 ミニセラゼリー		20日使用 ももヨーグルト	
御嵩みその味噌汁		湯葉入りすまし汁		豚汁		ポークビーンズ		みたけみその汁		カレーシチュー		ラーメンの汁		けんちん汁		味噌豆腐		大根汁		異性化液糖		脱脂粉乳	
冷凍豆腐	20	湯葉	8	だいこん	20	豚も肉	20	冷凍豆腐	25	じゃがいも	45	豚も肉	15	里芋	20	豚ひき肉	15	だいこん	32	アセロラ濃縮果汁	砂糖・異性化液糖		
油あげ	3	ねぎ	5	にんじん	8	ワイン(赤)	1	サラダ油	0.3	にんじん	15	ベーコン(豚)	5	油あげ	79	冷凍豆腐	79	にんじん	10	還元水あめ	もも果肉		
たまねぎ	13	冷凍豆腐	10	たまねぎ	15	たまねぎ	46	ごぼう	10	たまねぎ	15	にんじん	12	だいこん	20	にんじん	20	油あげ	5	グル化剤	もも果汁		
だいこん	30	えのきたけ	10	豚も肉	13	じゃがいも	38	たまねぎ	15	ダイスチーズ	2	ねぎ	8	にんじん	7	たまねぎ	30	糸かまぼこ	5	酸味料	加糖練乳		
えのきたけ	6	糸かまぼこ	0	酒	1	大豆(国産) 乾	13	ごんにやく	10	豚も肉	20	たまねぎ	20	ごぼう	10	干しいたけ	0.5	えのきたけ	10	ムラサキイモ色素	イソマルトオリゴ糖シロップ		
ねぎ	7	だいこん	22	冷凍豆腐	20	にんじん	12	えのきたけ	8	サラダ油	0.4	もやし(緑豆)	22	冷凍豆腐	18	たけのこ・水煮	10	ねぎ	8	ワケガシ色素	砂糖		
里芋	10	フレーク節	2	ごぼう	8	トマトピューレ	8	ねぎ	8	おろし生姜	0.5	はくじく	25	ねぎ	10	しょうゆ(うすくち)	1	しょうゆ(うすくち)	4	クエン酸・酸味料・酸味料	全粉乳		
カットわかめ	0.2	和風だし	0.5	ごんにやく	5	ケチャップ	8	煮干し	2.5	おろしにんにく	0.5	煮干し	2.5	フレーク節	2.5	酒	1	塩(並塩)	0.3	香料	増粘多糖類		
煮干し	2.5	しょうゆ(うすくち)	4.2	ねぎ	5	おろし生姜	0.5	和風だし	0.2	ワイン(赤)	1.5	鳥がらスープ	1	しょうゆ(こいくち)	0.8	和風だし	0.8	和風だし	0.3	消泡剤	乳たんぱく質濃縮物		
和風だし	0.3	塩(並塩)	0.1	煮干し	2.5	おろしにんにく	0.5	みたけみそ	4	塩(並塩)	0.5	中華だし	1	和風だし	0.4	おろし生姜	0.8	フレーク節	2.5	クチナシ赤色素	寒天		
豆みそ	4	揚げ焼き豆腐の肉みそ汁	1	和風だし	0.15	ルウ用小麦粉	3.5	豆みそ	4	こしょう(白)	0.02	しょうゆ(こいくち)	5.4	塩(並塩)	0.3	しょうゆ(こいくち)	3.5	かつおのレモン風味	4	水	香料		
みたけみそ	4	焼き豆腐	1	みたけみそ	4	サラダ油	3	いわしの塩あけ	1	洋風だし	1.5	酒	1	でんぶ	1	サラダ油	0.4	かつお	45	10日使用 ナン	水 (アルゲン・乳 もも)		
かぼちゃの天ぷら	4	でんぶ	4.2	白みそ	4	ローリエ	0.01	いわし開き	1	脱脂粉乳(国産)	3	みりん(本みりん)	0.6	鶏肉のみそチーズ焼き	1	豆みそ	5.8	酒	1.4	27日使用 みかんゼリー			
西洋かぼちゃ	1	小麦粉・薄力粉	0.4	あゆのから揚げ	0.02	こしょう(白)	0.02	酒	1	しょうゆ(こいくち)	1.2	こしょう(白)	0.03	鶏むね皮なし	1	三温糖	2.5	しょうゆ(こいくち)	0.7	小麦粉			
黒ごま	1	大豆油	3.2	あゆ(養殖)	1	おろし生姜	1	おろし生姜	1	ケチャップ	0.25	塩(並塩)	0.25	トウバンジャン	0.01	トウバンジャン	0.25	おろし生姜	0.7	砂糖			
塩(並塩)	0.2	豚ひき肉	8	塩(並塩)	2	三温糖	0.02	ローリエ	0.01	小麦粉・薄力粉	0.5	ソース(中濃)	5.5	ごま油	0.4	こしょう(白)	0.01	でんぶ	4	食塩			
小麦粉・薄力粉	5	ねぎ	2	こしょう(白)	7	酒	1	ソース(ウサナソース)	2	大豆油	3	サラダ油	4.6	餃子のあますあん	1	ワイン(白)	1.5	ごま油	4	イースト			
ベーキングパウダー	0.03	みたけみそ	7	酒	2	でんぶ	5	しょうゆ(こいくち)	1	しょうゆ(こいくち)	2.5	純カレー	0.6	大豆油	3	レモン・果汁	5	わかさぎの甘酢	2.7	なたね油			
大豆油	4	酒	2	でんぶ	5	しょうゆ(こいくち)	0.4	酒	2	ローリエ	0.01	しょうゆ(こいくち)	3	三温糖	1.5	レモン・果汁	0.05	こしょう(白)	0.02	水			
そばろごはんの具	1.8	みりん(本みりん)	1.8	米粉	6	大豆油	5	サラダ油	0.3	みりん(本みりん)	1.5	きなこダフィ	2	大豆(国産) 乾	18	酢・米酢	1.8	でんぶ	0.15	ビザ用チーズ			
鶏ひき肉	30	三温糖	0.1	春雨サラダ	1	鶏もも皮つき	1	でんぶ	0.08	水	0.02	寒天のごますあえ	6	かぼちゃサラダ	40	鶏もも皮つき	12	しょうゆ(こいくち)	1.9	こまつな			
三温糖	2.4	でんぶ	6	マロニー	4.5	塩(並塩)	20	こしょう(白)	7	ワイン(白)	0.5	きなり	10	水	2	きなり	10	たけのこ・水煮	1.8	にんじん			
酒	1.2	水	3.6	切干大根の旨煮	6	キャベツ	12	チンゲンツアイ	4	おろしにんにく	0.2	きなり	20	キャベツサラダ	8	キャベツ	33	たまねぎ	5	にんじん			
しょうゆ(うすくち)	0.5	切り干し大根	6	切干し大根	12	チンゲンツアイ	4	おろしにんにく	0.2	きなり	10	水	2	きなり	10	たけのこ・水煮	1.8	にんじん	1.8	白りごま			
おろし生姜	23	にんじん	5	油あげ	20	干しいたけ	3	三温糖	0.1	みりん(本みりん)	1	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯			
にんじん	23	にんじん	12	油あげ	20	干しいたけ	3	三温糖	0.1	みりん(本みりん)	1	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯			
みつば	5	油あげ	4	おろしにんにく	6	おろしにんにく	0.2	きなり	10	水	2	きなり	10	たけのこ・水煮	1.8	にんじん	1.8	白りごま	1	水			
炒り卵	20	干しいたけ	0.3	酢・穀物酢	5	キャベツ	12	チンゲンツアイ	4	おろしにんにく	0.2	きなり	10	水	2	きなり	10	たけのこ・水煮	1.8	にんじん			
刻み生姜	1	赤ごんにやく	0.3	塩(並塩)	0.1	みりん(本みりん)	1	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1	サラダ油	0.3	塩(並塩)	0.1	みりん(本みりん)	1	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1	三温糖	2	棒々鶏ドレッシング	5	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1	三温糖	2	棒々鶏ドレッシング	5	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1	三温糖	2	棒々鶏ドレッシング	5	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1	三温糖	2	棒々鶏ドレッシング	5	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1	三温糖	2	棒々鶏ドレッシング	5	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1	三温糖	2	棒々鶏ドレッシング	5	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1	三温糖	2	棒々鶏ドレッシング	5	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1	三温糖	2	棒々鶏ドレッシング	5	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1	三温糖	2	棒々鶏ドレッシング	5	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1	三温糖	2	棒々鶏ドレッシング	5	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1	三温糖	2	棒々鶏ドレッシング	5	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1	三温糖	2	棒々鶏ドレッシング	5	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1	三温糖	2	棒々鶏ドレッシング	5	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1	三温糖	2	棒々鶏ドレッシング	5	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1	三温糖	2	棒々鶏ドレッシング	5	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1	三温糖	2	棒々鶏ドレッシング	5	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1	三温糖	2	棒々鶏ドレッシング	5	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1	三温糖	2	棒々鶏ドレッシング	5	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1	三温糖	2	棒々鶏ドレッシング	5	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1	三温糖	2	棒々鶏ドレッシング	5	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1	三温糖	2	棒々鶏ドレッシング	5	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1	三温糖	2	棒々鶏ドレッシング	5	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1	三温糖	2	棒々鶏ドレッシング	5	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1	三温糖	2	棒々鶏ドレッシング	5	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1	三温糖	2	棒々鶏ドレッシング	5	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1	三温糖	2	棒々鶏ドレッシング	5	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1	三温糖	2	棒々鶏ドレッシング	5	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1	三温糖	2	棒々鶏ドレッシング	5	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1	三温糖	2	棒々鶏ドレッシング	5	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1	三温糖	2	棒々鶏ドレッシング	5	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1	三温糖	2	棒々鶏ドレッシング	5	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1	三温糖	2	棒々鶏ドレッシング	5	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1	三温糖	2	棒々鶏ドレッシング	5	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1	三温糖	2	棒々鶏ドレッシング	5	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1	三温糖	2	棒々鶏ドレッシング	5	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1	三温糖	2	棒々鶏ドレッシング	5	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1	三温糖	2	棒々鶏ドレッシング	5	しょうゆ(うすくち)	1.5	酢・穀物酢	5	キャベツ	1	青じそドレッシング	0.5	委託麦ご飯	1	中葉ドレッシング	5	(26日のつづき)	5	(26日のつづき)			
オレンジ	1																						

米・・・岐阜県 牛乳・・・岐阜県 パン、麺・・・岐阜県及び輸入小麦粉 青果類等・・・岐阜、愛知、長野、北海道、青森、群馬、九州、関東、ニュージーランド等
 魚物・・・アサリ、カ、山形、山梨、熊本、愛知、千葉等 食肉・・・岐阜、宮崎 魚介類・・・岐阜、北海道、長崎、静岡、ノルウェー、カナダ、韓国等