

令和6年

御嵩町学校給食センター

1月のよていこんだてひょう

ぜんこくがっこうきょうしゅくしゅうかん

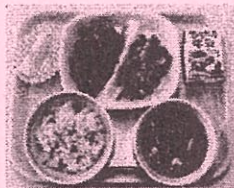
全国学校給食週間 1/24~1/30は特別献立を実施します。



30日「鉄カル！カラフル！トリプル！豊かがいっぱいみたけ給食」

 こうようちゅうがっこう ねんせい ちゅうがくせいがっこうきょうしゅくしゅうかん しょうじゅしゅうこんだて
 向陽中学校1年生チーム 中学生学校給食選手権アイデア賞受賞献立

向陽中学校では家庭科の授業で1年生全員が給食の献立を考えます。成長期に必要な鉄とカルシウムがとれるように食材を工夫し、御嵩町や岐阜県の旬の食材をたくさん使います。カラフルな彩りの美しさにもこだわりました。料理名からワクワクと楽しくおいしく食べて、元気になってほしいと願いが込められた献立です。応募した時のデザートは「秋の泉 甘〜い梨」でした。



24日「御嵩小学校おすすめ献立」

とんこつラーメンやれんこんチップスなど、人気のメニューの献立です。岐阜野菜サラダで地産地消を大切にしました。

29日「伏見小学校おすすめ献立」

6年生の家庭科の授業で、全賞が献立を考え、栄養バランスや工夫、地産地消などを一人ずつプレゼンをして決まったおすすめ献立です。

月	火	水	木	金
御嵩町産の食べ物 だいず みたけみそ だいこん はくさい かぶ こまつな へごやまちゃ ほうれんそう 25日野菜の日「だいこん」 大根は消化をたすけてくれる 胃や腸にやさしい野菜です。	9日 正月献立 いためなます ぶりのてりやき むぎごはん しらたまぞうに 小666kcal 中843kcal	10日 ほうれんそうサラダ (わふうドレ) チョコタフィー カレーライス 小731kcal 中932kcal	11日 むらさきいも だいずのいそに チップス とりにくのてりやき むぎごはん しろみそしる 小674kcal 中852kcal	12日 スライスチーズ だいこんサラダ パンにはさんでたべよう (あおじそドレ) ハンバーグ オニオンマトソース きりめいり はくさいの まるパン ミルクスープ 小668kcal 中798kcal
15日	16日	17日	18日 歯の日	19日 食育の日
そぼろごはんのぐ かぼちゃのごまてんぷら むぎごはん だいこんじる 小616kcal 中784kcal	ぶどうまめ さけのいろどりやき むぎごはん とんじる 小690kcal 中880kcal	きりぼしだいこんのもの ごへいもち きつねうどん 小678kcal 中863kcal	かみかみ だいず うのはないり さばのみそかけ むぎごはん さわにわん 小669cal 中837kcal	うめおかかあえ チキンカツ むぎごはん みたけみその みそしる 小630kcal 中801kcal
22日	23日	24日	25日	26日
はるさめサラダ(パンパンジードレ) ぎょうざのあまずあん (小2,中3,中) むぎごはん まーぼーどうふ 小674kcal 中871kcal	きんぴらごぼう こうやどうふのカップやき むぎごはん あわせみそしる 小708kcal 中850kcal	ぎふやさいサラダ (わふうドレ) シュー アイス れんこんチップス とんこつラーメン 小598kcal 中699kcal	ゆかりあえ さつまいものてんぷら むぎごはん にくみそおでん 小666kcal 中836kcal	もやしのサラダ (パンパンジードレ) ◎りんご ポテトグラタン くらコッペパン かぶのポトフ 小618kcal 中772kcal
29日	30日	31日(水)	26日図書献立 「しんせつなともだち」 寒い冬、おなかをすかせたうさぎが、かぶをふたつ見つけます。ひとつだけ自分で食べて、もうひとつは、ろばに届けることにします。反だちへ優しいやりの気持ちがめぐる、30年以上読み継がれてきた絵本。かぶ、白菜、青菜など、いろいろな野菜がでてきますよ。	
伏見小学校おすすめ献立 キャベツサラダ(わふうドレ) みかん とりのからあげ (小2,中3,中) ちさんちしょうカレーライス 小765kcal 中993kcal	選手権アイデア賞献立 てつカルカラフルきりぼしだいこんピビンパふう ◎たいようてらす ポカポカ あま〜いオレンジ しろうワカサギとだいずの パラパラあげへごやまちゃふうみ みたけみそと ひよこりトマトの さっぱりみそしる もっちり えだまめごはん 小689kcal 中873kcal	グリーンサラダ (あおじそドレ) シーズンチキン ソフトめんミートソース 小723kcal 中869kcal		

★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

24日(水)		25日(木)		26日(金)		29日(月)		30日(火)		31日(水)		(9日使用) 白玉団子	(17日使用) 五平餅	(25日使用) 厚揚げ	(30日使用) もち麦			
とんこつラーメンの汁		肉みそおでん		かぶのポトフ		地産地消カレーシチュー		御嵩みそと ひよこりトマトの さっぱりみそ汁		赤ピーマン・生 黄ピーマン・生 赤こんにやく		3	ミートソース	もち米粉		岐阜県産うるち米	大豆(岐阜県産)	大麦(もち性)
豚もも肉	15	だいこん	50	かぶ	35	じゃがいも	42	ひよこりトマトの	5	干しいたけ	3	豚ひき肉	20	加工澱粉	(18日使用)		植物油脂	(31日使用)
ベーコン(豚)	5	にんじん	10	かぶ・葉	15	にんじん	15	油あげ	15	たけのこ・水巻千切り	3	たまねぎ	65	水	かみかみ大豆		加工デンプン	コーンフレーク
にんじん	10	はんぺん	15	たまねぎ	40	たまねぎ	55	冷凍豆腐	5	ほうれんそう	1	にんじん	15	(11日使用)	大豆	トレハロース	コーングリッツ	
ねぎ	8	こんにやく	10	にんじん	15	まいたけ	15	油あげ	5	2	7	ダイスチーズ	2	紫いもチップス	砂糖 食塩	安定剤	水あめ	
たまねぎ	20	里芋	20	ベーコン(豚)	4	しめじ(ほしめじ)	2	トマト	10	ほうれんそう	7	ケチャップ	14	さつまいも(国産)	(アレルゲン:大豆)	凝固剤	砂糖	
もやし(緑豆)	20	厚揚げ	15	豚もも角切り	6	ダイスチーズ	2	だいこん	20	酒	1	トマトピューレ	16	砂糖	(24日使用)	グリシン、酢酸ナトリウム	食塩	
はくさい	25	角昆布	0.5	はくさい	25	豚もも肉	20	だいこん(葉)	2	しょうゆ(こいくち)	5	ソース(中濃)	5	植物油脂	シュールアイス	水分	モルトエキス	
中華だし	0.2	うずら卵・水煮	20	セロリ	2	サラダ油	0.4	しめじ	5	三温糖	3	洋風だし	0.3	(24日使用)	シュール皮	酵素(加工助剤)	乳化剤	
豚骨ラーメンのスープ	6	しょうゆ(こいくち)	1.5	ローリエ	0.01	おろし生姜	0.5	ねぎ	5	コチジャン	0.2	チキンコンソメ	0.4	豚骨ラーメン	[液卵]	消泡剤(加工助剤)		
しょうゆ(こいくち)	3	和風だし	1	こしょう(白)	0.04	おろしにんにく	0.5	はくさい	20	酢・穀物酢	3	塩(並塩)	0.8	ファットスプレッド	(アレルゲン:大豆)			
酒	1	豚ひき肉	7	塩(並塩)	0.4	ワイン(赤)	0.5	カットわかめ	0.3	こま油	0.4	こしょう(白)	0.02	しょうゆ	小麦粉 食塩 水]			
みりん(本みりん)	0.6	酒	1	チキンコンソメ	1.5	塩(並塩)	0.5	煮干し	2.5	白すりごま	0.4	サラダ油	0.2	ポークエキス	水あめ			
こしょう(白)	0.02	サラダ油	0.1	ワイン(白)	1	こしょう(白)	0.02	角昆布	0.15	太陽照らすボカボカ	1	ルウ用小麦粉	5	豚脂 食塩 砂糖	ショートニング			
塩(並塩)	0.05	豆みそ	8	ポテテグラタン	1.5	洋風だし	1.5	みたけみそ	7	甘〜いオレンジ	1	サラダ油	4	調味動物油脂	異性化液糖			
しょうが	0.3	三温糖	6	じゃがいも	50	脱脂粉乳(国産)	3	白いワカサギと大豆	1	オレンジ	1	おろしにんにく	0.5	チキンエキス	砂糖 乳製品			
れんこんチップス	みりん(本みりん)	1	たまねぎ	20	しょうゆ(こいくち)	1.2	のバラバラ揚げ	5	委託もっちりもち	1	おろし生姜	0.5	たん白加水分解物	1	乳等を主要原料とする食品			
れんこんスライス	50	水	3	ベーコン(豚)	1.5	ケチャップ	8	触五山茶風味	5.5	枝豆ごはん	1	ワイン(赤)	0.4	酵母エキス	濃縮ストロベリー果汁			
大豆油	3	フレック節	30	とろろこし・ホール	0.3	ルウ用小麦粉	4.6	塩(並塩)	0.1	精白米(強化米入)	1	三温糖	0.4	香味食用油	デキストリン			
塩(食塩)	0.15	さつま芋天ぷら	1	こしょう(白)	0.02	サラダ油	3.7	酒	1	もち麦	13	鶏むね皮なし	1切	オニオンエキス	食塩			
岐阜野菜サラダ	さつま芋	2	チキンコンソメ	0.5	純カレー	0.65	米粉	0.01	でんぷん	2	普通牛乳	1本	酒	2	オニオンエキス	乳化剤		
こまつな	18	でんぷん	5	サラダ油	1	ローリエ	4	鶏の唐あげ	2	みりん(本みりん)	1	おろし生姜	1.9	調味料(アミノ酸等)	安定剤(増粘多糖類)			
とろろこし・ホール	6	小麦粉・薄力粉	0.1	パン粉・乾燥	30	酒	0.7	鶏もも皮つき	2	こま油	10	しょうゆ(こいくち)	3	アルコール	香料 膨脹剤			
もやし(緑豆)	16	ベーキングパウダー	0.1	牛乳(調理用)	10	しょうゆ(こいくち)	2.7	鶏もも皮つき	2	こま油	10	しょうゆ(こいくち)	3	アルコール	香料 膨脹剤			
にんじん	10	塩(並塩)	0.1	牛乳(調理用)	10	しょうゆ(こいくち)	2.7	鶏もも皮つき	2	こま油	10	しょうゆ(こいくち)	3	アルコール	香料 膨脹剤			
和風ドレッシング	5	大豆油	4	ピザ用チーズ	10	しょうゆ(こいくち)	2.7	鶏もも皮つき	2	こま油	10	しょうゆ(こいくち)	3	アルコール	香料 膨脹剤			
シュールアイス	ゆかり和え	アルミカップ	1枚	おろし生姜	1枚	おろし生姜	1枚	おろし生姜	1枚	おろし生姜	1枚	おろし生姜	1枚	おろし生姜	1枚	おろし生姜	1枚	
シュールアイス	1こ	キャベツ	32	もやしのサラダ	30	酒	0.7	みりん(本みりん)	1	こま油	10	しょうゆ(こいくち)	3	アルコール	香料 膨脹剤			
中華そば	こまつな	1袋	にんじん	5	きゅうり	10	ごま油	0.3	水	1	こま油	10	しょうゆ(こいくち)	3	アルコール	香料 膨脹剤		
中華そば	1袋	にんじん	5	きゅうり	10	ごま油	0.3	水	1	こま油	10	しょうゆ(こいくち)	3	アルコール	香料 膨脹剤			
普通牛乳	ゆかり粉	0.8	にんじん	10	小麦粉・薄力粉	1.5	触五山茶・粉茶	0.12	鉄カルカラフル	2	切干大根	2	ピピンパ風	30	牛もも肉(岐阜県)	6	29日のつづき	青じそドレッシング
牛乳(普通牛乳)	1本	塩(食塩)	0.1	棒々鶏ドレッシング	5	でんぷん	4.5	大豆油	2	キャベツサラダ	30	牛もも肉(岐阜県)	6	29日のつづき	青じそドレッシング	5	ソフトスバゲティ	
	委託麦ご飯	りんご	1こ	りんご	1こ	キャベツ	30	牛もも肉(岐阜県)	6	29日のつづき	青じそドレッシング	5	ソフトスバゲティ					
	精白米(強化米入)	1こ	りんご	1こ	キャベツ	30	牛もも肉(岐阜県)	6	29日のつづき	青じそドレッシング	5	ソフトスバゲティ						
	おおむぎ・米粒麦	1こ	黒パン	1こ	きゅうり	8	豚もも肉	6	29日のつづき	青じそドレッシング	5	ソフトスバゲティ						
	普通牛乳	黒さとうパン	1こ	きゅうり	8	豚もも肉	6	29日のつづき	青じそドレッシング	5	ソフトスバゲティ							
	牛乳(普通牛乳)	1本	普通牛乳	1本	ほうれんそう	8	おろし生姜	0.5	委託麦ご飯	ソフトスバゲティ								
			牛乳(普通牛乳)	1本	とろろこし・ホール	4	おろしにんにく	0.5	精白米(強化米入)	1こ	ソフト麺	1袋						
					和風ドレッシング	5	サラダ油	0.5	おおむぎ・米粒麦	1こ	普通牛乳							
					みかん	切り干し大根												
					みかん(温州)	1こ	にんじん	7	牛乳(普通牛乳)	1本								

☆学校給食に使われている岐阜県産農産物には「学校給食地産地消推進事業」により、岐阜県、御嵩町、JA中央会から一部助成を受けています。