



早寝・早起・朝ごはん

多治見市教育委員会事務局食育推進課 TEL29-1662

食育センター TEL29-1663 昭和調理場 TEL22-6111 養正調理場 TEL28-1590 笠原中学校 TEL43-4165

滝呂小学校 TEL22-0657 池田小学校 TEL22-0883 北栄北陵調理場 TEL27-8400



ご入学・ご進級おめでとうございます

学校給食は、栄養バランスのとれた食事の提供だけではなく、教育活動の中で食育の重要な教材として位置づけられています。クラスの仲間と一緒に食べる毎日の給食から食事のマナーを身に付けたり、地産地消をはじめとする色々な食材や料理に触れたりするなど、様々なことを学んでほしいと考えています。

多治見市学校給食の6つのねらい

多治見市では、子どもたちが、食に関する正しい知識や望ましい食事のあり方を身に付けられるよう、『6つのねらい』をもとに献立を考えています。

旬の食材を大切にしています

季節感や食材が持つ自然のおいしさを伝えます。



安全でおいしい給食作りを心がけています

安全な食材選びに努めています。衛生面に配慮し、できる限り手作りをしています。



かむことを意識した献立を工夫しています



かむ習慣を身に付けてもらえるように、カミカミ献立を取り入れています。

カミ太郎

日本型の食生活を大切にしています

四季折々の行事食や郷土料理を取り入れています。



魚を使った献立を工夫しています

旬の魚を中心に、いろいろな魚を取り入れています。「今月の魚」をご覧ください。



望ましい食習慣を伝えます

学校給食を通して、望ましい食習慣やマナーを学びます。



献立表のマークについて



カミ太郎

カミカミ献立の日のマーク

かみごたえのある食材を使っている献立です。かむことの大切さを知り、よくかんで食べましょう。



食育の日のマーク

毎月19日は「食育の日」です。栄養、文化、郷土など食に関するさまざまなテーマを取り上げて紹介します。食について興味を持ったり、知識を身につけたりする機会になればと思います。



パックン

やさいをたくさん食べる日のマーク

「たじみ健康ハッピープラン」の推進のためのイメージキャラクターです。やさいの「い」から「1」のつく日に登場します。



たじっこ給食の日のマーク

多治見市では、地産地消を推進するため、多治見市でとれた食材を給食に使用する取り組みを行っています。多治見市産の食材を使用する日にはこのマークがつけます。



給食では旬の食材を取り入れています。骨のある魚、皮付きの果物など、食べるのにひと手間かかるものは面倒だからと敬遠されがちです。食べ方がわからない場合もありますので、ご家庭でも食べ方を教えていただければと思います。また、給食で初めて食べる食品でアレルギー症状が出る場合があります。献立表を確認いただき、食べたことのない食品がある場合は、ご家庭で事前に試していただくと安心です。



◆今月の岐阜県産の食材(予定)◆



◆今月の魚◆

<切り身・一口大の魚>
10日(木)ほき
18日(金)さわら

<丸ごと食べる魚>
28日(月)ししゃも

給食の野菜メニューを作ってみよう!

春キャベツのにびたし

【材料】 4人分

- ★春キャベツ 80g
- ★チンゲンサイ 80g
- ★まぐろ油漬け 30g

《下準備》

- ①キャベツは太めの千切り、チンゲンサイは1.5cmくらいの幅に切る。

《作り方》

- ①湯をわかし、キャベツ、チンゲンサイをさっとゆで、ざるにあげ、水気をしぼる。
- ②鍋にまぐろ油漬けと①の野菜を入れ、調味料を加えたら軽く煮てできあがり。

白菜や小松菜など、他の葉物野菜でもおいしく作れます。煮すぎないようにしてくださいね。



令和7年4月

しょうがっこう もりつけず

食育センター 養正調理場

月	火	水	木	金
マークのせつめい パックン 『やさいをたくさんたべようのひ』 カムたろう 『よくかんでたべようのひ』 『たじっこきゅうしよくのひ』 『しょくいくのひ』 『きらきらメニューのひ』				
7	8	9	10	11
		ぶたどんのぐ けんちんじる 〔主食〕 むぎごはん	ほきのたつたあげ じゃがいものしろみそる 〔主食〕 むぎごはん	にんじんサラダ ちゅうかスープ 〔主食〕 むぎごはん
14	15	16	17	18
ほうれんそうのサラダ ミネストローネ 〔主食〕 カレーピラフ	ごぼうのソテー ▲とうにゅうポタージュ(ノンミルク) 〔主食〕 くらコッパン	えびフライ(たれべつづけ) ブロccoliのおかかあえ すましじる 〔主食〕 せきはん(ごましお)	だいこんサラダ カレーシチュー(じよきよしよく) 〔主食〕 むぎごはん	さわらかおりやき とうふのみそる 〔主食〕 たけのこごはん
21	22	23	24	25
あげどうふのやさいあんかけ(たれべつづけ) とりだんごじる 〔主食〕 はつがげんまいごはん	トマトまめまめごはんのぐ かぼちゃのごまあげ 〔主食〕 むぎごはん	ナムル しょうゆラーメンスープ 〔主食〕 いっしょくラーメン	ちくわのいそべあげ ぶたじる 〔主食〕 むぎごはん	イタリアンサラダ オレンジ レタススープ 〔主食〕 しょくパン
28	29	30		
	しょうわ ひ 昭和の日	レタスサラダ ▲トマトスパゲッティ(ノンミルク) 〔主食〕 こがたコッパン		

令和7年度 4月予定献立表

食育センター

日 曜 日	献立名			6つの食品群材料名(※6つの食品群をそろえてバランスの良い食事をしましょう)					
				血や肉になるもの		体の調子を整えるもの		熱や力のもとになるもの	
	しゅしゅく	しゅさい	ふくさい・くだもの・デザート	肉・魚・卵・豆・豆製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	淡色野菜・くだもの	穀類・いも・さとう	油脂類
8 火	むぎごはん	すぶた	ちゅうかサラダ ワカメスープ	豚肉 鶏肉	※牛乳 わかめ	にんじん ピーマン チンゲンサイ	しょうが たまねぎ きゅうり はくさい えのきたけ だいこん 根深ねぎ	米 麦 ※でん粉 じゃがいも ※上白糖	※なたね油 ※中華ドレ
9 水	ぶたどん (むぎごはん・ぶたどんのぐ)		ごまあえ けんちんじる ぶどうゼリー(中)	豚肉 ※冷凍角切り豆腐 ※フレーク節	※牛乳	冷凍さやいんげん ほうれんそう にんじん	しょうが たまねぎ きゅうり 冷凍コーン ごぼう 根深ねぎ だいこん	※麦ごはん ※糸こんにやく ※上白糖 ※ぶどうゼリー(中)	※なたね油 ※白ごま ※白すりごま
10 木	むぎごはん	ほきのたつたあげ	きりほしだいこんのいために じゃがいものしろみそじる	※ホキ 豚肉 ※油揚げ ※白みそ	※牛乳 ※煮干し	冷凍さやいんげん にんじん	にんにく しょうが 県産切干大根 たまねぎ はくさい	米 麦 ※でん粉 ※上新粉 ※上白糖 じゃがいも	※なたね油
 11 金	むぎごはん	あつあげの マーボーあんかけ	にんじんサラダ ちゅうかスープ	※冷凍厚揚げ 豚肉 ※赤みそ ※なると	※牛乳	にんじん パセリ	根深ねぎ にんにく しょうが ※たけのこ水煮 干し椎茸 たまねぎ キャベツ 冷凍コーン	米 麦 ※上白糖 ※でん粉	※なたね油 ※棒々鶏ドレ
14 月	カレーピラフ	ぶたにくの バーベキューソース	ほうれんそうのサラダ ミネストローネ	豚肉 鶏肉 ※ひよこ豆	※牛乳	ほうれんそう ※カットマト パセリ	※ドライミックスカレー にんにく しょうが たまねぎ レモン ※りんごコンロップ漬け はくさい きゅうり キャベツ セロリ	米 麦 ※上白糖 じゃがいも	※なたね油 ※シーザードレ ※オリーブ油
 15 火	くろコッペパン	オムレツのトマトソースかけ	ごぼうのソテー ▲とうにゅうポタージュ(ノンミルク)	※オムレツ ※ベーコン ※豆乳	※牛乳	※カットマト ピーマン パセリ	ごぼう たまねぎ クリームコーン	※黒コッペパン ※上白糖 じゃがいも ※上新粉	※なたね油
18 水	せきはん (ごましお)	えびフライ	ブロッコリーのおかかあえ すましじる おいわいゼリー(幼小) おいわいデザート(中)	※あずき水煮 ※えび ※かつお削り節 ※花形かまぼこ	※牛乳 ※だしこんぶ	ブロッコリー みつば	キャベツ はくさい しめじ たまねぎ	米 もちこめ(アルファ化米) ※小麦粉 ※パン粉 ※上白糖 ※お祝いゼリー(幼小) ※お祝いデザート(中)	※なたね油 ※ごま塩
 17 木	カレーライス (むぎごはん・カレーシチュー)		きなこタフィ だいこんサラダ	豚肉 ※大豆水煮(幼) 大豆(小中) ※きな粉	※牛乳 ※チーズ	にんじん みずな	たまねぎ にんにく しょうが だいこん	※麦ごはん じゃがいも ※小麦粉 ※上白糖	※なたね油 ※有塩バター ※柑橘ドレ
★18 金	たけのごはん	さわらのかおりやき	はるキャベツのにびたし とうふのみそじる オレンジ(中)	鶏肉 ※さわら ※オイルツナ ※冷凍角切り豆腐 ※白みそ ※赤みそ	※牛乳 わかめ ※煮干し	にんじん チンゲンサイ	たけのこ 干し椎茸スライス ふき しょうが キャベツ たまねぎ えのきたけ 根深ねぎ ※ネーブルオレンジ(中)	米 麦 ※上白糖	※ごま油 ※なたね油
 21 月	はつがげんまいごはん	あげどうふの やさいあんかけ	ひじきのいために とりだんごじる	※揚げ出し豆腐 ※半月スライスちくわ ※鶏だんご ※フレーク節	※牛乳 ※ひじき	ピーマン にんじん	たまねぎ ※冷凍えだまめ はくさい 根深ねぎ しめじ だいこん	米 芽芽玄米 ※上白糖 ※でん粉	※なたね油
22 火	トマトまめまめごはん (むぎごはん・トマトまめまめごはんのぐ・いりたまご)		かぼちゃのごまあげ さわにわん	豚肉 ※粒状大豆 ※ひきわり大豆 ※赤みそ ※いりたまご ※粉かつお ※糸かまぼこ	※牛乳 ※だしこんぶ	トマト かぼちゃ	しょうが ※冷凍えだまめ ごぼう だいこん 根深ねぎ 干し椎茸	米 麦 ※上白糖 ※でん粉 ※小麦粉	※なたね油 ※黒ゴマ ※白ごま
 23 水	しょうゆラーメン (いっしょくラーメン・ しょうゆラーメンスープ)	いかのびりからやき	ナムル ぶどうゼリー(幼小) ミルクプリン(中)	豚肉 ※いか短冊	※牛乳	チンゲンサイ にんじん	しょうが にんにく ※メンマ はくさい 千切きくらげ 根深ねぎ キャベツ	※一食ラーメン ※春雨 ※上白糖 ※パン粉 ※ぶどうゼリー(幼小) ※ミルクプリン(中)	※なたね油 ※ごま油
24 木	むぎごはん	ちくわのいそべあげ	たけのこのにも ぶたじる かたねきチーズ(中)	※焼き竹輪 鶏肉 豚肉 ※煮干し ※赤みそ	※牛乳 ※青のり粉 ※煮干し ※型抜きチーズ(中)	にんじん	たけのこ ふき だいこん ごぼう 根深ねぎ	※麦ごはん ※小麦粉 ※上白糖 里芋 ※板こんにやく	※なたね油
★25 金	スラッピースョー (しょくパン・スラッピースョー)		イタリアンサラダ レタススープ オレンジ(幼小)	豚肉 牛肉 ※粒状大豆 鶏肉	※牛乳	にんじん ※トマトピューレー こまつな パブリカ赤	にんにく しょうが たまねぎ れんこん 冷凍コーン エリンギ レタス ※ネーブルオレンジ(幼小)	※食パン ※小麦粉 ※上白糖	※なたね油 ※有塩バター ※イタリアンドレ
 28 月	むぎごはん	ししやものからあげ	にくじゃが おひたし	豚肉 ※フレーク節	※牛乳 ※ししやも くきわかめ	にんじん 冷凍さやいんげん こまつな	たまねぎ だいこん きゅうり	※麦ごはん ※でん粉 ※上新粉 じゃがいも ※糸こんにやく ※上白糖	※なたね油
30 水	▲トマトスパゲッティ(ノンミルク) こがたコッペパン(小中)	はちみつローストチキン	レタスサラダ	※オイルツナ 鶏肉	※牛乳	にんじん ※トマトピューレー トマト	たまねぎ ※マッシュルーム水煮 セロリ しょうが にんにく ごぼう レタス 冷凍コーン	※小型コッペパン(小中) ※スパゲッティ はちみつ ※みかんジュース	※なたね油 ※和風ドレ

この献立表には調味料等記載されていないものがあります。アレルギーの確認は、「献立および材料表」と「原材料明細」を使用してください。

幼稚園、小・中学校のお休みは園、学校の行事予定をご確認ください。

献立及び材料表												(小学校)		食育センター		(単位:グラム)			
日	4月9日 水		4月10日 木		4月11日 金		4月14日 月		4月15日 火		4月16日 水		4月17日 木		4月18日 金				
献立及び材料 (中学年)	むぎごはん		むぎごはん		むぎごはん		カレーピラフ		くらコッパパン		せきはん		むぎごはん		たけのこごはん				
	※麦ごはん	88	米	81	米	81	米	74.7	※黒コッパパン	55	米	72	※麦ごはん	88	米	72			
	牛乳		麦	9	麦	9	麦	8.3	牛乳		もちこめ(アルファー化米)	8	牛乳		麦	8			
	※牛乳	206	牛乳		牛乳		※ドライミックスカレー	5	※牛乳	206	※あずき水煮	16	※牛乳	206	※酒	1			
	ぶたどんのぐ		※牛乳	206	※牛乳	206	※酒	1	オムレツのトマトソースかけ		※食塩	0.2	カレーシチュー		※食塩	0.3			
	豚肉	40	ほきのたつたあげ		あつあげのマーボーあんかけ		※洋風スープの素	0.1	※オムレツ	50	※酒	1	じゃがいも	40	たけのこ	15			
	しょうが	0.5	※ホキ	50	※冷凍厚揚げ	50	牛乳		※なたね油	1	牛乳		たまねぎ	50	鶏肉	10			
	※みりん	0.5	※酒	2	※なたね油	0.5	※牛乳	206	※カットトマト	15	※牛乳	206	にんじん	20	干し椎茸スライス	0.3			
	※しょうゆ	0.5	にんにく	0.5	豚肉	20	ぶたにくのバーベキューソース		※ウスターソース	0.5	えびフライ		豚肉	15	にんじん	8			
	※酒	2	しょうが	1	根深ねぎ	2	豚肉	50	※ケチャップ	4	※えび	30	※なたね油	0.5	ふき	3			
	※なたね油	1	※しょうゆ	1.5	にんにく	0.1	※酒	2	※上白糖	0.1	※酒	1.5	にんにく	0.5	※食塩	0.01			
	たまねぎ	20	※でん粉	3	しょうが	0.3	にんにく	0.3	塩コショウ	0.05	※食塩	0.1	しょうが	1	※淡口しょうゆ	4			
	冷凍さやいんげん	3	※上新粉	2	※たけのこ水煮	3	しょうが	0.3	水	3	※小麦粉	4	※小麦粉	5	※上白糖	0.7			
	※糸こんにゃく	5	※なたね油	4.5	干し椎茸	0.2	塩コショウ	0.1	ごぼうのソテー		※パン粉	5	※有塩バター	5	※みりん	1			
	※上白糖	0.6	きりぼしだいこんのいために		※豆板醤	0.01	※なたね油	1	ごぼう	28	※なたね油	5	※カレー粉	0.5	※酒	1			
	※みりん	0.8	県産切干大根	4	※テンメンジャン	0.1	たまねぎ	4	※ベーコン	10	たれべつづけ		※チーズ	3	※液体かつおだし	0.5			
	※しょうゆ	2	冷凍さやいんげん	5	※赤みそ	1.5	にんにく	0.3	ピーマン	3	※ケチャップ	2	※洋風スープの素	1	牛乳				
	※液体かつおだし	0.5	にんじん	12	※しょうゆ	1	しょうが	0.3	※なたね油	0.5	※ウスターソース	2	※しょうゆ	3	※牛乳	206			
	水	10	豚肉	5	※上白糖	0.1	※りんごシロップ漬け	5	塩コショウ	0.1	※上白糖	0.1	※ウスターソース	4	さわらのかおりやき				
	ごまあえ		※上白糖	0.5	※でん粉	0.2	レモン	1	※鶏ガラスープ	0.2	水	2	※ケチャップ	5	※さわら	50			
	ほうれんそう	25	※みりん	1	水	5	※上白糖	1	▲とうにゅうポタージュ(ノンミルク)		ブロッコリーのおかかあえ		※牛乳	20	※しょうゆ	1			
	きゅうり	10	※しょうゆ	1.5	※なたね油	0.5	※赤ワイン	0.5	たまねぎ	40	ブロッコリー	25	オールスパイス	0.02	※酒	2			
	冷凍コーン	10	※液体かつおだし	0.3	にんじんサラダ		※しょうゆ	1	じゃがいも	20	キャベツ	15	クローブ	0.02	しょうが	1			
	※しょうゆ	1.5	※なたね油	0.5	にんじん	40	※ウスターソース	2	クリームコーン	40	※みりん	0.5	ナツメグ	0.02	※食塩	0.1			
	※上白糖	0.5	じゃがいものしろみそしる		パセリ	0.7	黒こしょう	0.01	パセリ	0.3	※上白糖	0.3	ロリエ	0.01	※ごま油	0.5			
	※みりん	0.5	たまねぎ	20	※棒々鶏ドレ	4	水	5	※豆乳	30	※しょうゆ	1.5	塩コショウ	0.1	※なたね油	1			
	※白ごま	1	はくさい	15	ちゅうかスープ		ほうれんそうのサラダ		※洋風スープの素	1	※かつお削り節	0.3	水	50	はるキャベツのにびたし				
	※白すりごま	0.5	じゃがいも	20	※なると	10	ほうれんそう	20	塩コショウ	0.2	すましじる		きなこタフィ		チンゲンサイ	20			
	けんちんじる		※油揚げ	3	たまねぎ	25	はくさい	20	※なたね油	1	※花形かまぼこ	15	大豆	12	キャベツ	20			
	にんじん	10	※煮干し	2	キャベツ	10	きゅうり	10	※上新粉	0.1	はくさい	15	※なたね油	1	※オイルツナ	7			
	※冷凍角切り豆腐	25	※白みそ	8	冷凍コーン	10	※シーザードレ	4	水	80	しめじ	10	※上白糖	3	※しょうゆ	1.5			
	ごぼう	10	水	110	※しょうゆ	2	ミネストローネ				たまねぎ	20	※きな粉	1.2	※みりん	0.5			
	根深ねぎ	10			※中華スープの素	1	鶏肉	20			みつば	5	※食塩	0.05	※上白糖	0.5			
	だいこん	10			塩コショウ	0.1	キャベツ	20			※だしこんが	2	水	1.5	とうふのみそしる				
	※なたね油	0.3			水	110	※カットトマト	20			※白しょうゆ	2	だいこんサラダ		※冷凍角切り豆腐	20			
	※フレーク節	2					※ひよこ豆	10			※しょうゆ	0.8	だいこん	35	たまねぎ	15			
	※しょうゆ	1.5					じゃがいも	20			※食塩	0.1	みずな	15	えのきたけ	10			
	※白しょうゆ	1.5					セロリー	2			水	110	※柑橘ドレ	5	根深ねぎ	10			
	※食塩	0.05					にんにく	0.2			ごましお				わかめ	0.3			
	水	100					パセリ	0.3			※ごま塩	1			※煮干し	2			
							※コンソメ	1			おいおいせりー(幼小)				※白みそ	4			
							※しょうゆ	0.5			※お祝いせりー	35			※赤みそ	4			
							塩コショウ	0.1							水	110			
							※上白糖	0.1											
							※オリーブ油	0.3											
							水	80											
	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー		
中学年	604	1.5	617	2	614	1.8	638	2.2	611	2.5	618	1.9	704	2.1	603	2.9			

日	4月21日 月	4月22日 火	4月23日 水	4月24日 木	4月25日 金	4月28日 月	4月30日 水
献立 及 び 材 料 (中学年)	はつがげんまいごはん	むぎごはん	いっしょくラーメン	むぎごはん	しょくパン	むぎごはん	こがたコッパパン
	米 81	米 81	※一食ラーメン 200	※麦ごはん 88	※食パン 55	※麦ごはん 88	※小型コッパパン 30
	発芽玄米 9	麦 9	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	牛乳	牛乳	※牛乳 206	※牛乳 206	※牛乳 206	※牛乳 206	※牛乳 206
	※牛乳 206	※牛乳 206	しょうゆラーメンスープ	ちくわのいそべあげ	スラッピージョー	ししゃものからあげ	▲トマトスパゲッティ(ノンミルク)
	あげどうふのやさいあんかけ	トマトまめまめごはんのぐ	豚肉 12	※焼き竹輪 25	豚肉 30	※ししゃも 34	※スパゲッティ 35
	※揚げ出し豆腐 大 65	豚肉 15	しょうが 0.5	※青のり粉 0.25	牛肉 10	※でん粉 2	※オイルツナ 15
	※なたね油 6	しょうが 1	にんにく 0.3	※小麦粉 6	にんにく 0.3	※上新粉 1	にんじん 20
	たれべつつけ	※なたね油 0.5	チンゲンサイ 15	※なたね油 4	しょうが 0.3	※なたね油 4	たまねぎ 40
	たまねぎ 12	※粒状大豆 5	※メンマ 15	たけのこのにももの	ナツメグ 0.02	にくじゃが	※マッシュルーム水煮 10
	ピーマン 3	トマト 25	はくさい 20	たけのこ 25	にんじん 20	豚肉 20	セロリー 2
	※しょうゆ 1	※ひきわり大豆 15	千切きくらげ 0.3	鶏肉 10	たまねぎ 40	じゃがいも 50	しょうが 0.5
	※みりん 1	※上白糖 1	根深ねぎ 10	にんじん 5	※粒状大豆 6	にんじん 20	にんにく 0.3
	※上白糖 0.5	※しょうゆ 1.5	※醤油ラーメンスープの素 8	ふき 5	※なたね油 1	たまねぎ 50	※なたね油 1
	※でん粉 0.3	※赤みそ 5	※鶏ガラスープ 0.3	※しょうゆ 1.5	塩コショウ 0.1	※糸こんにゃく 10	※洋風スープの素 1
	水 10	※酒 1	※しょうゆ 0.5	※液体かつおだし 0.5	※小麦粉 3	冷凍さやいんげん 5	※ケチャップ 10
	むじきのいために	※みりん 1	※なたね油 0.5	※上白糖 0.5	※有塩バター 3	くきわかめ 0.3	※トマトピューレー 10
	※むじき 1.5	※冷凍えだまめ 5	塩コショウ 0.01	※みりん 0.5	※ケチャップ 12	※しょうゆ 5	トマト 10
	にんじん 5	※でん粉 0.5	水 120	ぶたじる	※トマトピューレー 10	※上白糖 1.5	※ウスターソース 1.5
	※冷凍えだまめ 5	水 1	いかのびりからやき	豚肉 20	※上白糖 0.5	※みりん 1	塩コショウ 0.1
	※半月スライスちくわ 10	いりたまご	※いか短冊 50	里芋 15	※ウスターソース 2	※フレーク節 1	水 40
	※しょうゆ 1.5	いりたまごべつつけ	しょうが 1	だいこん 15	※洋風スープの素 1	水 20	はちみつローストチキン
	※みりん 1	※いりたまご 10	※しょうゆ 1.5	ごぼう 10	水 10	おひたし	鶏肉 50
	※上白糖 0.5	かぼちゃのごまあげ	※酒 2	※板こんにゃく 5	イタリアンサラダ	だいこん 20	はちみつ 2
	※なたね油 0.3	かぼちゃ 30	※コチジャン 0.5	根深ねぎ 5	ごまつな 20	きゅうり 15	にんにく 0.5
	とりだんごじる	※小麦粉 7	※豆板醤 0.01	※赤みそ 8	れんこん 20	ごまつな 15	しょうが 1
	※鶏だんご 25	※粉かつお 0.2	※なたね油 1	※煮干し 2	パプリカ赤 3	※しょうゆ 1.5	※酒 1
	はくさい 20	※黒ゴマ 1.5	ナムル	水 110	※イタリアンドレ 4	※みりん 1	※みかんジュース 2
	根深ねぎ 10	※白ごま 0.5	キャベツ 25		レタススープ	※上白糖 0.5	※しょうゆ 1
	しめじ 8	※なたね油 3	にんじん 10		鶏肉 10		※食塩 0.1
	だいこん 10	さわにわん	※春雨 4		冷凍コーン 10		※なたね油 1
	※フレーク節 2	ごぼう 15	※しょうゆ 1		エリンギ 10		レタスサラダ
	※白しょうゆ 2	だいこん 20	※上白糖 1		レタス 25		ごぼう 15
	※しょうゆ 1	※糸かまぼこ 10	※ごま油 0.4		※しょうゆ 0.8		レタス 25
	※食塩 0.1	根深ねぎ 10	※酢 2		※コンソメ 0.8		冷凍コーン 5
	水 90	干し椎茸 0.3	ぶどうゼリー(幼小)		塩コショウ 0.1		※和風ドレ 4
		※だしこんが 2	※ぶどうゼリー 60		水 110		
		※しょうゆ 0.5			オレンジ(幼小)		
		※白しょうゆ 2.5			※ネーブルオレンジ 40		
		※食塩 0.1					
		水 90					
		エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分
中学年	630 2	668 1.9	620 3.5	628 1.8	619 2.8	658 1.9	612 2.3

*エネルギーの単位はKcalです。
*塩分の単位はgです。
*ドレッシングの表記は〇〇ドレになっています。

*食材の分量は、中学年の分量になっています。
*入荷都合等により、献立もしくは材料を変更する場合がありますので、ご了承下さい。