



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 北栄北陵調理場 Tel27-8400

滝呂小学校 Tel22-0657 池田小学校 Tel22-0883 笠原中学校 Tel43-4165



給食では、16日～20日を『ぎふ味わい週間』とし、岐阜県産の食材を使用した献立や郷土料理を提供する予定です。

切り干し大根のビビンバ

郡上市のひるがの大根を使って作られた切り干し大根です。傷があって出荷できなかった大根を無駄なく加工することで、食品ロスを減らすSDGsにつながります。

青葉のお浸し

県産の『ほうれん草』を使用します。飛騨高山地方は、寒冷な地域と温暖な地域を利用し、1年中おいしいほうれん草をとることができます。

抹茶タフィー

海津市産の大豆の『フクユタカ』と香りのよい『播磨茶』を使用します。海津市では、水田を有効活用しながら大豆を栽培しています。

鶏肉のトマトソースかけ

岐阜地域でトマトが作られるようになったのは、今から約40年前のこと。化学合成農薬の代わりに生物農薬を使用した減農薬栽培にも積極的に取り組んでいます。

人参ごはん

人参を使った郷土料理「金魚めし」にちなんで人参ごはんを炊きます。特産地の各務ヶ原市は、保水性・浸透性が高く、みずみずしく色鮮やかな人参が採れる「黒く土」が特徴です。



多治見市甘原町のいちごを使った手作りの「つづはらのいちごジャム」が出ます。

今年も多治見市甘原町で栽培している「草姫」という品種のいちごを使用した『つづはらのいちごジャム』を提供する予定です。安心して食べられるいちごを育てるには、病害虫対策の薬を使わずに多くの工夫や苦労があります。多治見市産のいちごをよく味わい、大切にいただきます。



◆今月の岐阜県産の食材(予定)◆



米・米粉
発芽玄米



パンの材料や
料理で使う小麦粉



大豆・豆腐



豚肉



干し椎茸



きゅうり



小松菜



だいこん



トマト



なす



にんじん



ほうれんそう



みかん



牛乳



番茶・粉茶



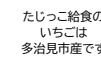
切り干し大根



いちご



魚



たじっご給食の
いちごは
多治見市産です

学校給食は「学校給食地産地消推進事業」により一部助成を受けています。岐阜県・市町村・JA中央会が、学校で使用する県内産の米・パン・食糧用的小麦粉・大豆・野菜などを対象に購入経費の一部を助成する事業です。

パックンからの野菜メモ

野菜には、どんな栄養があるのかな？

元気
もりもり
病気の予防

骨や血液を作って
ぐんぐん
成長

おなか
すっきり

おはだ
びかびか

目が
はっきり



僕は、パックン。
献立表に僕がついて
いる日は、いつもより野
菜をたくさん食べてほ
しいな。

給食の人気メニューを作ってみよう！

切り干し大根のビビンバ



【材料】 4人分

- ☆豚肉 100g
- ☆生姜 1かけ
- ☆にんにく 1かけ
- ☆ねぎ 15g(1/8本)
- ☆酒 小さじ1
- ☆切り干し大根 10g
- ☆しょうゆ 小さじ1/2
- ☆砂糖 小さじ1/4
- ☆人参 50g(1/2本)
- ☆ほうれん草 100g(1/2束)
- ☆しょうゆ 大さじ1弱
- ☆コチュジャン 小さじ1/3
- ☆鶏ガラスープの素 小さじ1/3
- ☆酢 小さじ1
- ☆砂糖 小さじ1
- ☆炒め油 適量

《下準備》

- ①切り干し大根は、洗い戻した後、水気を絞り、3cm幅で切っておく。
- ②①に★のしょうゆと砂糖で下味をつけておく。
- ③生姜、にんにくはすりおろしておく。
- ④ねぎは小口の3mm、ほうれん草は1.5cm幅、にんじんは千切りで切っておく。
- ⑤ほうれん草を下茹でし、水さらし後、水気を切っておく。

《作り方》

- ①フライパンに炒め油をひき、生姜、にんにく、ねぎを入れ、香りが出るまで炒める。
- ②豚肉と酒を加えて炒める。
- ③切り干し大根、人参を順に炒め合わせ、☆の調味料を加えて味を調えたら、ほうれん草を加えて、出来上がり。

野菜は、切り干し大根をもやしに変えたり、ほうれん草をチンゲンサイや小松菜に変えたり、家にある材料でアレンジして作ってみてください。

調味料は、入れる野菜の量で変わってきます。味見をしながら量を加減して作ってくださいね。

かむってすごい！



6月4日～10日は、歯と口の健康週間です。
献立表には、毎日ほくのマークがついているよ。よくかむことを意識して食べてね。



◆今月の魚◆

<角切り・切り身の魚>

17日(火)さくら

23日(月)あじ

<丸ごと食べる魚>

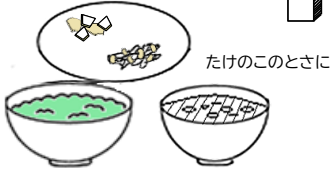
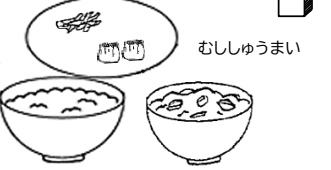
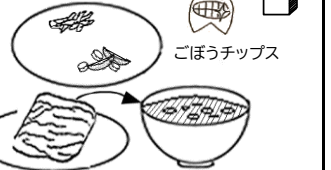
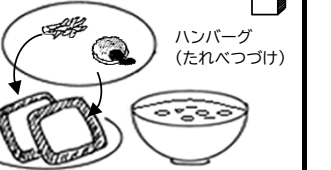
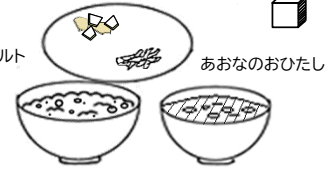
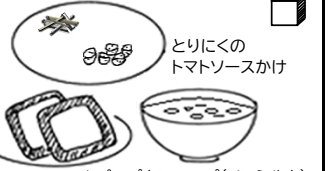
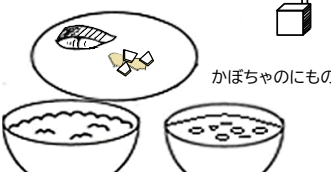
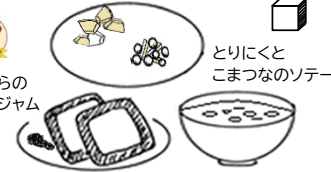
5日(木)きびなご

19日(木)味噌汁小魚

令和7年6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
2 ちくわのあげがらめ  たけのこのとさに しんたまねぎのみそしる 〔主食〕 ぎふちやめし	3 ナムル  むししゅうまい かんこくふうにくじゃが 〔主食〕 むぎごはん	4 グリーンサラダ  ごぼうチップス カレーソース(じよきよよく) 〔主食〕 ソフトめん	5 きびなごのからあげ  ごしきあえ だいこんとあつあげのもの 〔主食〕 もちげんまいごはん	6 ボイルキャベツ  ハンバーグ(たれべつづけ) しんじゃがいものスープ 〔主食〕 しょくパン
9 ソースとんかつ(たれべつづけ)  たくあんのかおりづけ すましじる 〔主食〕 はつがげんまいごはん	10 あげ豆腐のにくあんかけ(たれべつづけ)  にんじんきんぴら さやえんどうのしるみそしる 〔主食〕 むぎごはん	11 とりにくのうめみそだれ(たれべつづけ)  ブロッコリーのおかかあえ のっぺいじる 〔主食〕 むぎごはん(ぎふゆずあじつけのり)	12 ちゅうかいため  はるまき はるさめスープ 〔主食〕 キムチチャーハン	13 しんごぼうのサラダ  ポテトグラタン やさいスープ 〔主食〕 くらコッパン
16 あつあげのてっかみそかけ(たれべつづけ)  ゆかりあえ かきたまじる(じよきよよく) 〔主食〕 むぎごはん	17 さわらのたつたあげ  ヨーグルト あおなのおひたし なすのみそしる 〔主食〕 ぎふにんじんごはん	18 ひじきのサラダ  とりにくのトマトソースかけ ▲パンキンスープ(ノンミルク) 〔主食〕 しょくパン(チョコクリーム)	19 ★ こざかなのごまがらめ  きりぼしだいこんのビビンバ れいとうみかん にらのスープ 〔主食〕 むぎごはん	20 みずなのサラダ  まっチャタフィ ハヤシチュー(じよきよよく) 〔主食〕 むぎごはん
23 あじのしおこうじやき  かぼちゃのもの さわかにわん 〔主食〕 むぎごはん	24 ジャーマンポテト  とりにくとこまつなのソテー つづはらのいちごジャム キャベツのスープ 〔主食〕 しょくパン	25 ちゅうかサラダ  にくだんごとアスパラガスのくろずあん ワンタンスープ 〔主食〕 もちげんまいごはん	26 たまごのねぎみそかけ(たれべつづけ)  さくらんぼ ごまあえ とうふじる 〔主食〕 むぎごはん	27 フルーツミックス  ぶたにくのガーリックマスタードソテー ミネストローネ 〔主食〕 カレーピラフ
30 いかのてんぷら(たれべつづけ)  わふうサラダ かぼちゃのみそしる 〔主食〕 むぎごはん	 			

令和7年6月予定献立表

食育センター 養正調理場

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		
	しゅしよく	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	
2月	ぎふちゃめし	ちくわのあげがらめ	たけのこのとさに しんたまねぎのみそしる	※ちくわ 鶏肉 ※かつお削り節 ※ミニ厚揚げ ※赤みそ	※牛乳 ※煮干し	にんじん 冷凍さやいんげん	※たけのこ水煮 たまねぎ だいこん 根深ねぎ	米 麦 じゃがいも ※上白糖 ※でん粉	※なたね油	
3火	むぎごはん	むししゅうまい	かんこくふうにくじゃが ナムル	※しゅうまい 豚肉 ※フレーク節	※牛乳 くきわかめ	にんじん チンゲンサイ	にんにく しょうが たまねぎ だいこん きゅうり	米 麦 じゃがいも ※糸こんにやく ※上白糖	※なたね油 ※ごま油	
かみかみ週間	4水	ソフトめんカレーソース (ソフトめん・カレーソース)		ごぼうチップス グリーンサラダ	豚肉	※牛乳 ※チーズ わかめ	たまねぎ ※マッシュルーム水煮 にんにく しょうが ごぼう レタス	※ソフトめん じゃがいも ※小麦粉 ※上新粉 ※上白糖	※なたね油 ※有塩バター ※イタリアンドレ	
	5木	もちげんまいごはん	きびなごのからあげ	だいこんとあつあげのもの ごしきあえ	豚肉 ※冷凍厚揚げ ※フレーク節	※牛乳 ※きびなご ※角切り昆布	冷凍さやいんげん にんじん ほうれんそう	米 もち玄米 ※上新粉 ※でん粉 ※つきこんにやく ※上白糖	※なたね油	
	6金	セルフハンバーグサンド (しよくパン・ハンバーグ・ポイルキャベツ)		しんじゃがいものスープ ぶどうゼリー(中)	※ハンバーグ ※ベーコン ※白いんげん豆	※牛乳	にんじん パセリ	キャベツ きゅうり たまねぎ	※食パン ※上白糖 ※でん粉 じゃがいも ※ぶどうゼリー(中)	※なたね油 ※コールスロードレ
	9月	はつがげんまいごはん	ソースとんかつ	たくあんのかおりづけ すましじる	豚肉 ※かまぼこ ※フレーク節	※牛乳	あおじそ みつば	県産切干大根 ※たくあん はくさい しめじ キャベツ	米 発芽玄米 ※小麦粉 ※パン粉 ※中双糖 ※でん粉 ※上白糖	※なたね油
	10火	むぎごはん	あげどうふの にくあんかけ	にんじんきんぴら さやえんどうのしろみそしる	※揚げ出し豆腐 豚肉 鶏肉 ※白みそ	※牛乳 くきわかめ ※煮干し	ピーマン にんじん さやえんどう	えのきたけ ごぼう たまねぎ	※麦ごはん ※上白糖 ※でん粉 じゃがいも	※なたね油 ※白ごま ※白すりごま
11水	むぎごはん (ぎふゆずあじつけのり)	とりにくのうめみそだれ	ブロッコリーのおかかあえ のつべいじる	※白みそ 鶏肉 ※かつお削り節 ※油揚げ ※フレーク節	※牛乳 ※味付けのり(ゆず風味)	ブロッコリー にんじん	しょうが ※梅漬け はくさい ごぼう だいこん 干し椎茸 根深ねぎ	米 麦 ※上新粉 ※上白糖 ※でん粉	※なたね油	
	12木	キムチチャーハン	はるまき	ちゅうかいため はるさめスープ ミルクプリン(中)	豚肉 ※はるまき ※なると ※ささみ水煮	※牛乳	根深ねぎ ※キムチ たまねぎ キャベツ ※たけのこ水煮	米 麦 ※春雨 ※上白糖 ※ミルクプリン(中)	※ごま油 ※なたね油	
13金	くろコッペパン	ポテトグラタン	しんごぼうのサラダ やさしいスープ	※オイルツナ ※糸かまぼこ ※ひよこ豆	※牛乳 ※粉チーズ	にんじん	にんにく たまねぎ ※冷凍えだまめ ※マッシュルーム水煮 ごぼう きゅうり レタス だいこん	※黒コッペパン ※エルボマカロニ じゃがいも ※小麦粉 ※パン粉	※有塩バター ※なたね油 ※シーザードレ	
ぎふの 味わい 週間	16月	むぎごはん	あつあげのてつかみそかけ	ゆかりあえ かきたまじる	※冷凍厚揚げ ※粒状大豆 ※赤みそ 鶏肉 ※冷凍液卵 ※フレーク節	※牛乳	ごまつな チンゲンサイ	ごぼう しょうが きゅうり キャベツ たまねぎ えのきたけ	※麦ごはん ※中双糖 ※上白糖 ※でん粉	※なたね油
	17火	ぎふにんじんごはん	さわらのたつたあげ	あおなのおひたし なすのみそしる ヨーグルト	鶏肉 ※さわら ※油揚げ ※白みそ ※赤みそ	※牛乳 わかめ ※煮干し ※ヨーグルト	にんじん ほうれんそう	干し椎茸スライス にんにく しょうが はくさい なす だいこん 根深ねぎ	米 麦 ※上白糖 ※でん粉 ※上新粉	※なたね油
	18水	しよくパン (チョコクリーム)	とりにくのトマトソースかけ	ひじきのサラダ ▲パンパキンスープ(ノンミルク)	※豆乳 鶏肉	※牛乳 ※ひじき	※カットマト トマト かぼちゃ ※かぼちゃペースト	にんにく 冷凍コーン レタス ※冷凍えだまめ たまねぎ	※食パン ※上新粉 ※上白糖 ※でん粉 ※チョコクリーム	※なたね油 ※ごまドレ
	19木	きりぼしだいこんのビビンバ (むぎごはん・きりぼしだいこんのビビンバ)		にらのスープ こさかなのごまがらめ れいとうみかん	豚肉 ※糸かまぼこ	※牛乳 ※味付け小魚 わかめ	ほうれんそう にんじん にら	しょうが にんにく 根深ねぎ 県産切干大根 キャベツ ※たけのこ水煮 ※冷凍みかん(岐阜県産)	※麦ごはん ※上白糖	※なたね油 ※白ごま
	20金	ハヤシライス (むぎごはん・ハヤシチュー)		まっちゃんやファイ みずなのサラダ	豚肉 大豆(小中) ※大豆水煮(幼)	※牛乳 ※チーズ	にんじん ※トマトピューレー みずな パプリカ黄	たまねぎ しょうが にんにく だいこん	米 麦 じゃがいも ※小麦粉 ※上白糖	※なたね油 ※有塩バター ※青じそドレ
23月	むぎごはん	あじのしおこうじやき	かぼちゃのもの さわにわん	※あじ 豚肉	※牛乳 ※だしこんぶ	かぼちゃ	しょうが ごぼう だいこん 根深ねぎ 干し椎茸	※麦ごはん ※上白糖	※なたね油	
24火	しよくパン (つづはらのいちごジャム)	とりにくとごまつなのソテー	ジャーマンポテト キャベツのスープ	鶏肉 豚肉	※牛乳	ごまつな にんじん	にんにく しょうが たまねぎ 冷凍コーン キャベツ エリンギ いちご	※食パン はちみつ ※上白糖 じゃがいも ※水あめ ※上新粉	※なたね油 ※豆乳クリームバター	
25水	もちげんまいごはん	にくだんごとアスパラガスの くろずあん	ちゅうかサラダ ワントンスープ	※ミートボール ※あさり冷凍	※牛乳	グリーンアスパラガス ほうれんそう にんじん チンゲンサイ	だいこん たまねぎ 冷凍コーン 千切きくらげ	米 もち玄米 ※上新粉 ※上白糖 ※でん粉 ※ワントン	※なたね油 ※中華ドレ	
26木	むぎごはん	たまごのねぎみそかけ	ごまあえ とうふじる さくらんぼ(小中)	※オムレツ ※赤みそ ※冷凍角切り豆腐 ※油揚げ	※牛乳 ※だしこんぶ	ブロッコリー にんじん ごまつな	根深ねぎ にんにく ごぼう たまねぎ えのきたけ ※さくらんぼ(小中)	米 麦 ※上白糖 ※でん粉	※なたね油 ※白ごま ※白すりごま	
27金	カレーピラフ	ぶたにくのガーリック マスタードソテー	ミネストローネ フルーツミックス	豚肉 鶏肉 ※ひよこ豆	※牛乳	ピーマン ※カットマト トマト	※ドライミックスカレー しょうが にんにく キャベツ たまねぎ セロリ ※バインシロップ漬け ※みかんシロップ漬け	米 麦 じゃがいも ※上白糖 ※冷凍角切り果物ゼリー (あまおう)	※マヨネーズ(卵不使用) ※なたね油 ※オリーブ油	
30月	いかてんどん (むぎごはん・いかのてんぶら)		わふうサラダ かぼちゃのみそしる	※いか ※フレーク節 ※白みそ ※赤みそ	※牛乳 わかめ ※煮干し	ごまつな かぼちゃ	きゅうり キャベツ 根深ねぎ	※麦ごはん ※小麦粉 ※上白糖 ※でん粉 ※春雨	※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											
学校給食						食育センター 養正調理場			(単位:グラム)		
日	6月2日月	6月3日 火	6月4日 水	6月5日 木	6月6日 金	6月9日月	6月10日 火	6月11日 水	6月12日 木	6月13日 金	6月16日月
献立及び材料 (中学年)	ぎふちゃめし	むぎごはん	ソフトめん	もちげんまいごはん	しょくパン	はつがげんまいごはん	むぎごはん	むぎごはん	キムチチャーハン	くろコッパン	むぎごはん
	米 81	米 81	※ソフトめん 90	米 81	※食パン 55	米 81	※麦ごはん 88	米 81	米 72	※黒コッパン 55	※麦ごはん 88
	麦 9	麦 9	牛乳	もち玄米 9	牛乳	発芽玄米 9	牛乳	麦 9	麦 8	牛乳	牛乳
	番茶 0.4	牛乳	※牛乳 206	牛乳	※牛乳 206	牛乳	※牛乳 206	牛乳	塩コショウ 0.1	※牛乳 206	※牛乳 206
	※食塩 0.3	※牛乳 206	カレーソース	※牛乳 206	ハンバーグ	※牛乳 206	あげどうふのにくあんかけ	※牛乳 206	※酒 1	ポテトグラタン	あつあげのつつかみそかけ
	※酒 1	むししゅうまい	にんじん 15	きびなごのからあげ	※ハンバーグ 60	ソースとんかつ	※揚げ出し豆腐 大 65	とりにくのうめみそだれ	根深ねぎ 3	※オイルツナ 20	※冷凍厚揚げ 50
	粉茶 0.1	※しゅうまい(小) 36	たまねぎ 50	※きびなご 30	※なたね油 1	豚肉 40	※なたね油 6	鶏肉 50	※キムチ 15	にんにく 0.3	※なたね油 1
	水 96	かんこくふうにくじゃが	じゃがいも 20	しょうが 1	たれべつづけ	塩コショウ 0.1	たれべつづけ	しょうが 1	9	※エルボマカロニ 2	たれべつづけ
	牛乳	豚肉 20	豚肉 20	※しょうゆ 1	※ケチャップ 5	※小麦粉 7	えのきたけ 4	※酒 2	3	じゃがいも 30	ごぼう 8
	※牛乳 206	にんにく 0.5	※マッシュルーム水煮 10	※食塩 0.1	※ウスターソース 0.8	※パン粉 8	豚肉 12	※梅酢 0.3	1	※ごま油 1	たまねぎ 25
	ちくわのあげがらめ	しょうが 0.5	※なたね油 0.5	※酒 1	※上白糖 0.1	※なたね油 4	ピーマン 2	※しょうゆ 0.5	1	※酒 1	※冷凍えだまめ 3
	※ちくわ 30	じゃがいも 50	にんにく 0.5	※上新粉 1	※でん粉 0.2	たれべつづけ	※しょうゆ 1.5	※上新粉 0.5	※しょうゆ 0.5	※マッシュルーム水煮 8	※赤みそ 6
	じゃがいも 20	にんじん 20	しょうが 1	※でん粉 1.5	水 1	※ウスターソース 4	※液体かつおだし 0.2	塩コショウ 0.1	塩コショウ 0.1	※小麦粉 2.5	※みりん 1
	※なたね油 5	たまねぎ 45	※カレー粉 0.5	※なたね油 4	ポイルキャベツ	※みりん 1.5	※みりん 1	たれべつづけ	※なたね油 0.5	※有塩バター 2.5	※酒 1
	※しょうゆ 1.5	※糸こんにゃく 12	※しょうゆ 3	だいこんとあつあげのにも	キャベツ 30	※しょうゆ 1	※上白糖 0.5	※白みそ 3	水 84	※牛乳 20	※しょうゆ 0.2
	※みりん 1	くきわかめ 0.3	※ウスターソース 4	豚肉 15	にんじん 10	※中双糖 0.3	※でん粉 0.3	※みりん 1.5	牛乳	※パン粉 1	※中双糖 4
	※上白糖 0.6	※なたね油 1	※ケチャップ 8	※つきこんにゃく 20	きゅうり 5	※でん粉 0.2	水 10	※しょうゆ 0.1	※牛乳 206	※粉チーズ 3	※上白糖 0.2
	※でん粉 0.1	※しょうゆ 5	※チーズ 1	※冷凍厚揚げ 30	※コースロードレ 4	※上白糖 0.1	にんじんきんぴら	※上白糖 1	1	※白ワイン 0.5	水 0.5
	水 10	※上白糖 2	※小麦粉 4	冷凍さやいんげん 5	しんじゃがいものスープ	水 3	ごぼう 10	水 3	※はるまき 40	※洋風スープの素 0.3	※でん粉 0.2
	たけのこのとさに	※みりん 1	※有塩バター 4	だいこん 50	※ベーコン 10	たくあんのかおりづけ	にんじん 25	※梅漬け 1	※なたね油 4	塩コショウ 0.2	ゆかりあえ
	※たけのこ水煮 25	※コチジャン 0.5	※牛乳 10	※角切り昆布 0.5	※白いんげん豆 8	県産切干大根 4	くきわかめ 0.3	※でん粉 0.3	はるさめスープ	※なたね油 1	きゅうり 10
	鶏肉 10	※豆板醤 0.01	※洋風スープの素 1.5	にんじん 20	たまねぎ 20	※たくあん 7	鶏肉 10	ブロックリーのおかかあえ	※春雨 5	アルミカップ 1	こまつな 12
	にんじん 7	※フレーク節 1	塩コショウ 0.1	※しょうゆ 4.5	じゃがいも 35	はくさい 20	※なたね油 1	ブロックリー 25	たまねぎ 20	しんごぼうのサラダ	キャベツ 23
	冷凍さやいんげん 5	※ごま油 0.5	オールスパイス 0.02	※みりん 1	パセリ 0.2	あおじそ 0.5	※しょうゆ 1.5	はくさい 20	チンゲンサイ 15	ごぼう 23	※食塩 0.05
	※しょうゆ 1.8	水 20	クローブ 0.02	※上白糖 0.5	塩コショウ 0.1	※しょうゆ 0.5	※酒 0.5	※みりん 0.5	※なると 15	きゅうり 20	※ゆかり粉 0.5
	※かつお削り節 0.3	ナムル	ナツメグ 0.02	※フレーク節 1	※コンソメ 0.8	※上白糖 1	※みりん 1	※上白糖 0.3	※しょうゆ 1.2	※シーザードレ 4	かきたまじる
	※上白糖 0.5	チンゲンサイ 15	ロリエ 0.01	※酒 1	※しょうゆ 0.5	※食塩 0.1	※上白糖 0.3	※しょうゆ 1.5	※中華スープの素 1	やさいスープ	鶏肉 10
	※みりん 0.5	だいこん 25	水 80	※でん粉 60	※なたね油 1	※酢 1.5	※白ごま 1	※かつお削り節 0.3	塩コショウ 0.1	※糸かまぼこ 10	たまねぎ 20
	水 30	きゅうり 10	ごぼうチップス	ごしきあえ	水 100	すましじる	※白すりごま 0.5	のつべいじる	水 110	レタス 20	※冷凍液卵 20
	しんたまねぎのみそしる	※上白糖 1	ごぼう 35	はくさい 15		※かまぼこ 15	さやえんどうのしるみそしる	※油揚げ 4	ちゅうかいため	※ひよこ豆 10	えのきたけ 10
	たまねぎ 30	※しょうゆ 1.2	※上新粉 3	きゅうり 8		しめじ 10	たまねぎ 30	ごぼう 20	にら 7	にんじん 10	チンゲンサイ 10
	だいこん 15	※ごま油 0.4	※なたね油 4	冷凍コーン 8		キャベツ 25	じゃがいも 25	にんじん 10	※ささみ水煮 15	だいこん 10	※しょうゆ 1.5
	※ミニ厚揚げ 15	※酢 1.8	※みりん 0.8	ほうれんそう 15		みつば 5	さやえんどう 5	だいこん 20	キャベツ 20	※コンソメ 0.8	※淡口しょうゆ 2
	根深ねぎ 10	※しょうゆ 1	しめじ 5	しめじ 5		※フレーク節 2	※煮干し 2	干し椎茸 0.3	※たけのこ水煮 7	※しょうゆ 0.3	※フレーク節 2
	※煮干し 2	※上白糖 0.7	※液体かつおだし 0.2	※液体かつおだし 0.2		※みりん 0.3	※白みそ 8	根深ねぎ 10	※鶏ガラスープ 0.3	塩コショウ 0.1	※食塩 0.1
	※赤みそ 8	水 2	※淡口しょうゆ 1.5	※みりん 0.5		※しょうゆ 0.5	水 110	※フレーク節 2	※しょうゆ 1	水 80	※でん粉 0.2
	水 110		グリーンサラダ			※白しょうゆ 2.5		※しょうゆ 1.5	※上白糖 0.2		水 110
			レタス 25			※食塩 0.1		※淡口しょうゆ 2	塩コショウ 0.05		
			こまつな 20			水 110		※みりん 1	※ごま油 0.3		
			わかめ 0.5					※食塩 0.1	※なたね油 0.5		
			※イタリアンドレ 4					※でん粉 0.2			
								水 110			
								ぎふゆずあじつけのり			
								※味付けのり(ゆず風味)	1.1		
	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 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分
中学年	610 2.4	637 1.7	679 2.4	620 1.7	556 2.9	690 2.3	658 1.9	623 2.1	597 2.3	615 2.5	627 2.0

日	6月17日 火	6月18日 水	6月19日 木	6月20日 金	6月23日月	6月24日 火	6月25日 水	6月26日 木	6月27日 金	6月30日月
献立及び材料 (中学年)	ぎふにんじんごはん	しょくパン	むぎごはん	むぎごはん	むぎごはん	しょくパン	もちげんまいごはん	むぎごはん	カレーピラフ	むぎごはん
	米 72	※食パン 55	※麦ごはん 88	米 81	※麦ごはん 88	※食パン 55	米 81	米 81	米 74.7	※麦ごはん 88
	麦 8	牛乳	牛乳	麦 9	牛乳	牛乳	もち玄米 9	麦 9	麦 8.3	牛乳
	※食塩 0.3	※牛乳 206	※牛乳 206	牛乳	※牛乳 206	※牛乳 206	牛乳	牛乳	水 120	※牛乳 206
	※酒 1	とりにくのトマトソースかけ	きりほしだいこんのピピンパ	※牛乳 206	あじのしおこうじやき	とりにくこまつなのソー	※牛乳 206	※牛乳 206	※ドライミックスカレー 5	いかのてんぷら
	にんじん 15	鶏肉 50	豚肉 25	ハヤシシチュー	※あじ 50	鶏肉 50	にくだんごヒスバラガスのくずあん	たまごのねぎみそかけ	※酒 1	※いか 40
	鶏肉 10	塩コショウ 0.1	しょうが 0.3	豚肉 15	しょうが 0.5	にんにく 0.3	※ミートボール 50	※オムレツ 50	※洋風スープの素 0.1	※酒 2
	干し椎茸スライス 1	※白ワイン 2	にんにく 0.2	塩コショウ 0.2	※塩こうじ 4	しょうが 0.5	グリーンアスパラガス 15	※なたね油 0.5	水 120	※食塩 0.1
	※しょうゆ 3.5	にんにく 0.3	根深ねぎ 3	じゃがいも 35	※酒 2	※白ワイン 1	※上新粉 1.5	たれべつづけ	牛乳	※小麦粉 8
	※液体かつおだし 0.4	※上新粉 0.3	※酒 1	たまねぎ 50	※みりん 1	塩コショウ 0.1	※なたね油 6	根深ねぎ 2	※牛乳 206	※ベーキングパウダー 0.2
	※みりん 0.5	※なたね油 1	※しょうゆ 0.5	にんじん 20	※なたね油 0.5	※なたね油 1	※しょうゆ 1.8	にんにく 0.2	※なたね油 4	
	※上白糖 0.4	※カットトマト 10	※上白糖 0.2	しょうが 1	かぼちゃのにも	こまつな 15	※みりん 1	※なたね油 0.5	50	たれべつづけ
	※なたね油 0.3	トマト 10	ほうれんそう 20	にんにく 0.5	かぼちゃ 40	※しょうゆ 1.5	※上白糖 1	※赤みそ 3	塩コショウ 0.2	※しょうゆ 2
	牛乳	※ウスターソース 0.3	にんじん 10	※なたね油 0.5	※上白糖 0.8	はちみつ 0.5	※黒酢 1.2	※上白糖 1.5	※白ワイン 2	※みりん 1
	※牛乳 206	※ケチャップ 4	県産切干大根 2	※小麦粉 4.8	※みりん 0.5	※上白糖 0.1	塩コショウ 0.01	※しょうゆ 0.3	※ヨネーズ(即不使用) 1.2	※上白糖 0.3
	さわらのたつたあげ	※上白糖 0.1	※しょうゆ 2.5	※有塩バター 4.8	※しょうゆ 1.5	黒こしょう 0.01	※でん粉 0.2	※酒 1	しょうが 0.3	※フレーク節 0.5
	※さわら 40	塩コショウ 0.03	※コチジャン 0.3	※ウスターソース 4	※液体かつおだし 0.3	クローブ 0.01	水 6	※でん粉 0.2	にんにく 0.3	※でん粉 0.2
	※酒 2	※でん粉 0.2	※鶏ガラスープ 0.3	※しょうゆ 3	水 10	クミン 0.01	ちゅうかサラダ	水 5	※粒入リマスタート 0.2	水 3
	にんにく 0.5	水 3	※酢 0.8	※チーズ 2	さわにわん	水 10	ほうれんそう 25	ごまあえ	※なたね油 1	わふうサラダ
	しょうが 1	ひじきのサラダ	※上白糖 1	※牛乳 10	ごぼう 15	ジャーマンポテト	だいこん 10	ごぼう 15	キャベツ 15	こまつな 25
	※しょうゆ 1.5	※ひじき 1.2	※なたね油 1.5	クローブ 0.02	だいこん 20	じゃがいも 30	にんじん 10	ブロックリー 20	ピーマン 3	※春雨 4
	※でん粉 4	※しょうゆ 0.5	こぎかなのこまがらめ	オールスパイス 0.02	豚肉 12	たまねぎ 15	にんじん 5	にんにく 0.2	にんにく 0.2	きゅうり 12
	※上新粉 2	※みりん 0.3	※味付け小魚 5	※トマトピューレー 10	根深ねぎ 10	冷凍コーン 8	ワナタンスープ	※白ごま 0.5	※鶏ガラスープ 0.1	※和風ドレ 4
	※なたね油 4	※なたね油 0.2	※なたね油 0.1	※ケチャップ 10	干し椎茸 0.3	※豆乳クリームバター 0.5	※ワンタン 5	※白すりごま 1	塩コショウ 0.1	かぼちゃのみそしる
	あおなのおひたし	冷凍コーン 10	※しょうゆ 0.6	※洋風スープの素 1	※だしこんぶ 2	塩コショウ 0.2	※あさり 冷凍 10	※上白糖 0.3	※しょうゆ 0.3	キャベツ 20
	はくさい 25	レタス 25	※上白糖 0.9	※赤ワイン 1	※しょうゆ 0.5	※なたね油 1	たまねぎ 15	※みりん 1	※なたね油 0.5	かぼちゃ 27
	ほうれんそう 25	※冷凍えだまめ 5	※酒 0.6	※上白糖 0.5	※白しょうゆ 2.5	キャベツのスープ	チンゲンサイ 15	※しょうゆ 1.5	ミネストローネ	わかめ 0.3
	※液体かつおだし 0.3	※ごまドレ 4	※白ごま 0.4	ロリエ 0.01	※食塩 0.1	豚肉 20	冷凍コーン 8	とうふじる	鶏肉 10	根深ねぎ 10
	※上白糖 0.5	▲パンブキンスープ(ノンミルク)	水 0.09	タイム 0.01	水 90	にんにく 0.2	千切きくらげ 0.2	※冷凍角切り豆腐 20	たまねぎ 30	※煮干し 2
	※みりん 1	※かぼちゃペースト 30	にらのスープ	水 70		キャベツ 25	※しょうゆ 2	※油揚げ 3	※ひよこ豆 10	※白みそ 4
	※しょうゆ 1.5	かぼちゃ 30	わかめ 0.5	まっちゃんタフィ		エリンギ 10	※中華スープの素 1	たまねぎ 20	じゃがいも 10	※赤みそ 4
	なすのみそしる	たまねぎ 40	キャベツ 20	大豆 12		にんじん 10	塩コショウ 0.1	えのきたけ 10	※カットトマト 15	水 110
	なす 20	※豆乳 40	にら 8	※なたね油 1		※洋風スープの素 1	水 110	こまつな 10	トマト 10	
	だいこん 25	乾燥パセリ 0.02	※たけのこ水煮 8	※上白糖 3.5		塩コショウ 0.1		※だしこんぶ 2	セロリー 2	
	わかめ 0.3	※洋風スープの素 1	※糸かまぼこ 10	粉茶 0.2		※しょうゆ 1		※白しょうゆ 2	※チリパウダー 0.01	
	※油揚げ 3	塩コショウ 0.1	※しょうゆ 1	水 1.5		※なたね油 0.3		※しょうゆ 1	乾燥パセリ 0.02	
	根深ねぎ 10	※なたね油 0.2	※中華スープの素 1	みずなのサラダ		水 90		※食塩 0.1	※コンソメ 1	
	※煮干し 2	※上新粉 0.3	塩コショウ 0.1	だいこん 25		つづはらのいちごジャム		水 90	※しょうゆ 0.5	
	※白みそ 4	水 70	水 110	みずな 22		いちご 15		さくらんぼ(小中)	塩コショウ 0.1	
	※赤みそ 4	チョコクリーム 15	れいとうみかん	パプリカ黄 3		※水あめ 1.5		※さくらんぼ 10	※上白糖 0.1	
	水 110	※チョコクリーム 15	※冷凍みかん(岐阜県産)	※青じそドレ 5		※上新粉 0.25			※オリーブ油 0.3	
	ヨーグルト					※上白糖 0.5			水 80	
	※ヨーグルト 65								フルーツミックス	
									※バインシロップ漬け 20	
									※みかんシロップ漬け 20	
									※冷凍角切り黒糖ゼリー(あまおう) 10	
									アルミカップ 1	
	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 塩分	エネルギー 塩分
中学年	664 2.8	660 2.2	608 1.9	692 2.2	597 1.6	594 2.5	679 2.0	602 1.9	642 2.1	620 2.1

*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。