



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。

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。

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>

19日(木)さくら

26日(木)あじ

<丸ごと食べる魚>

6日(金)きびなご

16日(月)付け小魚

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、水気を絞って、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、切り干し大根をもう少しに変えたり、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。

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「章姫」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



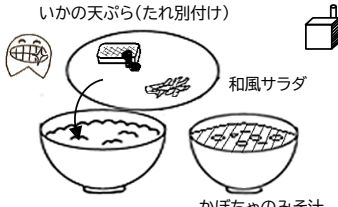
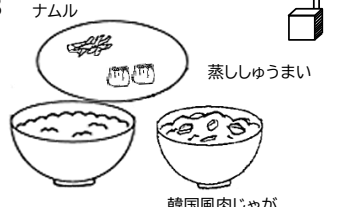
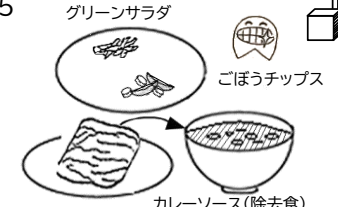
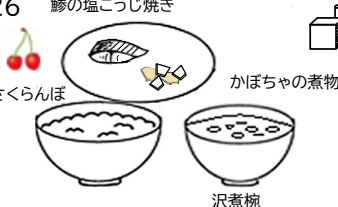
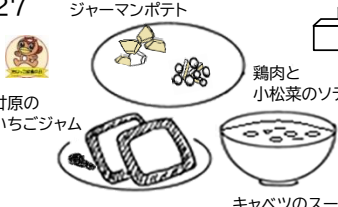
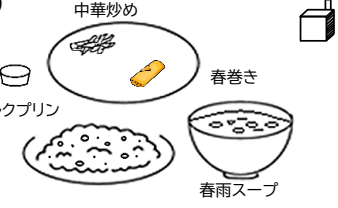
たじっご給食の
いちごは
多治見市産です

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。

令和7年6月

中学校 盛り付け図

昭和調理場 北栄北陵調理場 笠原中学校

月	火	水	木	金
2 中華サラダ  肉団子とアスパラガスの黒酢あん ワンタンスープ 〔主食〕 麦ごはん	3 ポイルキャベツ  ハンバーグ (たれ別付け) 新じゃがいものスープ 〔主食〕 食パン	4 いかの天ぷら(たれ別付け)  和風サラダ かぼちゃのみそ汁 〔主食〕 発芽玄米ごはん	5 玉子のねぎみそかけ(たれ別付け)  ぶどうゼリー ごま和え 豆腐汁 〔主食〕 麦ごはん	6 きびなごの唐揚げ  五色和え 大根と厚揚げの煮物 〔主食〕 岐阜茶飯
9 揚げ豆腐の肉あんかけ(たれ別付け)  人参きんぴら さやえんどうの白みそ汁 〔主食〕 麦ごはん	10 ソースとんかつ(たれ別付け)  たくあんの香りづけ すまし汁 〔主食〕 もち玄米ごはん	11 新ごぼうのサラダ  ポテトグラタン 野菜スープ 〔主食〕 黒コッパパン	12 鶏肉の梅みそだれ(たれ別付け)  ブロッコリーのおかか和え のっぺい汁 〔主食〕 麦ごはん(岐阜柚子味付けのり)	13 フルーツミックス  豚肉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
16 小魚のごまがらめ  冷凍みかん 切干大根のピビンバ にらのスープ 〔主食〕 麦ごはん	17 厚揚げの鉄火みそかけ(たれ別付け)  ゆかり和え かきたま汁(除去食) 〔主食〕 麦ごはん	18 水菜のサラダ  抹茶タフィ ハヤシチュー(除去食) 〔主食〕 麦ごはん	19 鰯の竜田揚げ  ヨーグルト 青菜のお浸し なすのみそ汁 〔主食〕 岐阜人参ごはん	20 ひじきのサラダ  鶏肉のトマトソースかけ ▲パンブキンスープ(ノンミルク) 〔主食〕 食パン(チョコクリーム)
23 ナムル  蒸ししゅうまい 韓国風肉じゃが 〔主食〕 麦ごはん	24 竹輪の揚げがらめ  たけのこの土佐煮 新たまねぎのみそ汁 〔主食〕 もち玄米ごはん	25 グリーンサラダ  ごぼうチップス カレーソース(除去食) 〔主食〕 ソフト麺	26 鰯の塩こうじ焼き  さくらんぼ かぼちゃの煮物 沢煮椀 〔主食〕 麦ごはん	27 ジャーマンポテト  鶏肉と小松菜のソテー 甘原のいちごジャム キャベツのスープ 〔主食〕 食パン
30 中華炒め  ミルクプリン 春巻き 春雨スープ 〔主食〕 キムチチャーハン				

令和7年6月予定献立表

昭和調理場 北栄北陵調理場 池田小学校 滝呂小学校 笠原中学校

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)					
	しゅしゅく	しゅさい	ふくさい・くだもの・デザート	血や肉になるもの	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	体の調子を整えるもの	熱や力のもとになるもの	油脂類
2月	むぎごはん	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 千切りくらげ	※麦ごはん ※上新粉 ※上白糖 ※でん粉 ※ワントン	※なたね油 ※中華ドレ
3火	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)		しんじやがいものスープ	※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	※なたね油 ※コールスロードレ
かみ かみ かみ 週 間	4水	いかてんどん (はつがげんまいごはん・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	こまつな かぼちゃ	きゅうり キャベツ 根深ねぎ	米 発芽玄米 ※小麦粉 ※上白糖 ※でん粉 ※春雨	※なたね油 ※和風ドレ
5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 ぶどうゼリー(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 こまつな	根深ねぎ にんにく ごぼう たまねぎ えのきたけ	※麦ごはん ※上白糖 ※でん粉 ※ぶどうゼリー(中)	※なたね油 ※白ごま ※白すりごま
6金	ぎふちやめし	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	しょうが だいこん はくさい きゅうり 冷凍コーン しめじ	米 麦 ※上新粉 ※でん粉 ※つきこんにやく ※上白糖	※なたね油
9月	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
10火	もちげんまいごはん	ソースとんかつ	たくあんのかおりづけ ずましじる	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 もち玄米 ※小麦粉 ※パン粉 ※中双糖 ※でん粉 ※上白糖	※なたね油
11水	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
12木	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 のつぺいじる	※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 はくさい ごぼう だいこん 干し椎茸 根深ねぎ	※麦ごはん ※上新粉 ※上白糖 ※でん粉	※なたね油
13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 セロリー ※ハインソップ漬け ※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
★	ぎふの 味 わ い 週 間	16月	きりほしだいこんのビビンバ (むぎごはん・きりほしだいこんのビビンバ)	にらのスープ ござかなのごまがらめ れいとうみかん	豚肉 ※糸かまぼこ	※牛乳 ※味付け小魚 わかめ	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
17火	むぎごはん	あつあげのてっかみそかけ	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	こまつな 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
18水	ハヤシライス (むぎごはん・ハヤシシチュー)		まっちゃんタフィ 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 ※トマトビュレー 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
19木	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
20金	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 ▲パンブキンスープ(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
23月	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
24火	もちげんまいごはん	ちくわのあげがらめ	たけのこのたとに 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 もち玄米 じゃがいも ※上白糖 ※でん粉	※なたね油
25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	にんじん こまつな	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
26木	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 さくらんぼ(小中)	※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 ※さくらんぼ(小中)	米 麦 ※上白糖	※なたね油
27金	しよくパン (つづはらのいちごジャム)	とりにくとこまつなのソテー	ジャーマンポテト キャベツのスープ	鶏肉 豚肉	※牛乳	こまつな 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
30月	キムチチャーハン	はるまき	ちゅうかいのため 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	にんじん チンゲンサイ にら	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

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						(中学校) 昭和調理場 北栄北陵調理場 笠原中学校						(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 (中学校)	むぎごはん	しゃくパン	はつがけんまいごはん	むぎごはん	ぎふちゃめし	むぎごはん	もちけんまいごはん	くろコッパパン	むぎごはん	カレーピラフ	むぎごはん		
	※麦ごはん 110	※食パン 85	米 99	※麦ごはん 110	米 99	※麦ごはん 110	米 99	※黒コッパパン 85	※麦ごはん 110	米 90	※麦ごはん 110		
	牛乳	牛乳	芽芽玄米 11	牛乳	麦 11	牛乳	もち玄米 11	牛乳	牛乳	麦 10	牛乳		
	※牛乳 206	※牛乳 206	牛乳	※牛乳 206	番茶 0.49	※牛乳 206	牛乳	※牛乳 206	※牛乳 206	水 144	※牛乳 206		
	にくだんことアスバラガスのくろすあん	ハンバーグ	※牛乳 206	たまごのねぎみそかけ	※食塩 0.42	あげどうふのにくあんかけ	※牛乳 206	ポテトグラタン	とりにくのうめみそだれ	※ドライミックスカレー 6	きりぼしだいこんのビビンバ		
	※ミートボール 65	※ハンバーグ 80	いかのてんぷら	※オムレツ 60	※酒 1.22	※揚げ出し豆腐 小 90	ソースとんかつ	※オイルツナ 24	鶏肉 65	※酒 1.2	豚肉 35		
	グリーンアスバラガス 19.5	※なたね油 1.2	※いか 50	※なたね油 0.6	粉茶 0.12	※なたね油 8	豚肉 50	にんにく 0.36	しょうが 1.3	※洋風スープの素 0.12	しょうが 0.39		
	※上新粉 1.95	たれべつづけ	※酒 2.2	たれべつづけ	水 117.12	たれべつづけ	塩コショウ 0.12	※エルボマカロニ 2.4	※酒 2.6	水 144	にんにく 0.26		
	※なたね油 7.8	※ケチャップ 6	※食塩 0.12	根深ねぎ 2.4	牛乳	えのきたけ 4.8	※小麦粉 3	じゃがいも 36	※梅酢 0.39	牛乳	根深ねぎ 3.9		
	※しょうゆ 2.34	※ウスターソース 0.96	※小麦粉 9.6	にんにく 0.24	※牛乳 206	豚肉 14.4	※パン粉 9.6	たまねぎ 30	※しょうゆ 0.65	※牛乳 206	※酒 1.3		
	※みりん 1.3	※上白糖 0.12	※ベーキングパウダー 0.24	※なたね油 0.6	きびなごのからあげ	ビーマン 2.4	※なたね油 4.8	※冷凍えだまめ 3.6	※上新粉 0.6	がたにくのガーリックマスタードソーサー	※しょうゆ 0.65		
	※上白糖 1.3	※でん粉 0.24	※なたね油 4.8	※赤みそ 3.6	※きびなご 39	※しょうゆ 1.8	たれべつづけ	※マッシュルーム水煮 9.6	※なたね油 1.3	豚肉 60	※上白糖 0.26		
	※黒酢 1.56	水 1.2	たれべつづけ	※上白糖 1.8	しょうが 1.3	※液体かつおだし 0.24	※ウスターソース 4.8	※小麦粉 3	たれべつづけ	塩コショウ 0.24	ほうれんそう 22		
	塩コショウ 0.013	ポイルキャベツ	※しょうゆ 2.4	※しょうゆ 0.36	※しょうゆ 1.3	※みりん 1.2	※みりん 1.8	※塩バター 3	※白みそ 3.9	※白ワイン 2.4	にんじん 111		
	※でん粉 0.26	キャベツ 36	※みりん 1.2	※酒 1.2	※食塩 0.13	※上白糖 0.6	※しょうゆ 1.2	※牛乳 24	※みりん 1.95	※マヨネーズ(即不使用)	1.44		
	水 7.8	にんじん 12	※上白糖 0.36	※でん粉 0.24	※酒 1.3	※でん粉 0.36	※中双糖 0.36	※パン粉 1.2	※しょうゆ 0.13	しょうが 0.36	※こしょうゆ 3.25		
	ちゅうかサラダ	きゅうり 6	※フレーク節 0.6	水 6	※上新粉 1.3	水 12	※でん粉 0.24	※粉チーズ 3.6	※上白糖 1.3	にんにく 0.36	※コチジャン 0.42		
	ほうれんそう 30	※コールスロードレ 4.8	※でん粉 0.24	ごまあえ	※でん粉 1.95	にんじんきんぴら	※上白糖 0.12	※白ワイン 0.6	水 3.9	※粒入りマスタード 0.24	※鶏ガラスープ 0.39		
	だいこん 12	しんじやがいものスープ	水 3.6	ごぼう 18	※なたね油 5.2	ごぼう 11	水 3.6	※洋風スープの素 0.36	※梅漬け 1.3	※なたね油 1.2	※酢 1.04		
	にんじん 12	※ベーコン 12	わふうサラダ	ブロッコリー 24	だいこんとあつあげのもの	にんじん 27.5	たくあんのかおりづけ	塩コショウ 0.24	※でん粉 0.39	キャベツ 18	※上白糖 1.3		
	※中華ドレ 6	※白いんげん豆 9.6	こまつな 30	にんじん 12	豚肉 18	くきわかめ 0.33	県産切干大根 4.8	※なたね油 1.2	ブロッコリーのおかかあえ	ビーマン 3.6	※なたね油 1.95		
	ワントンスープ	たまねぎ 24	※春雨 4.8	※白ごま 0.6	※つきこんにやく 24	鶏肉 20	※たくあん 8.4	アルミカップ 1	ブロッコリー 30	にんにく 0.24	ごきかなのごまからめ		
	※ワントン 6	じゃがいも 42	きゅうり 14.4	※白すりごま 1.2	※冷凍厚揚げ 36	※なたね油 1.2	はくさい 24	しんごぼうのサラダ	はくさい 24	※鶏ガラスープ 0.12	※味付け小魚 6.5		
	※あさり 冷凍 12	パセリ 0.24	※和風ドレ 4.8	※上白糖 0.36	冷凍さやいんげん 6	※しょうゆ 1.8	あおじそ 0.6	ごぼう 27.6	※みりん 0.6	塩コショウ 0.12	※なたね油 0.13		
	たまねぎ 18	塩コショウ 0.12	かぼちゃのみそしる	※みりん 1.2	だいこん 60	※酒 0.6	※しょうゆ 0.6	きゅうり 24	※上白糖 0.36	※しょうゆ 0.36	※しょうゆ 0.78		
	チンゲンサイ 18	※コンソメ 0.96	キャベツ 24	※しょうゆ 1.8	※角切り昆布 0.6	※みりん 1.2	※上白糖 1.2	※シーザードレ 4.8	※しょうゆ 1.8	※なたね油 0.6	※上白糖 1.17		
	冷凍コーン 9.6	※しょうゆ 0.6	かぼちゃ 32.4	とうふじる	にんじん 24	※上白糖 0.36	※食塩 0.12	やさしいスープ	※かつお削り節 0.36	ミネストローネ	※酒 0.78		
	千切きくらげ 0.24	※なたね油 1.2	わかめ 0.36	※冷凍角切り豆腐 24	※しょうゆ 5.4	※白ごま 1.2	※酢 1.8	※系かまぼこ 12	のっぺいじる	鶏肉 12	※白ごま 0.52		
	※しょうゆ 2.4	水 120	根深ねぎ 12	※油揚げ 3.6	※みりん 1.2	※白すりごま 0.6	すましじる	レタス 24	※油揚げ 4.8	たまねぎ 36	水 0.12		
	※中華スープの素 1.2		※煮干し 2.4	たまねぎ 24	※上白糖 0.6	さやえんどうのしるみそしる	※かまぼこ 18	※ひよこ豆 12	ごぼう 24	※ひよこ豆 12	にらのスープ		
	塩コショウ 0.12		※白みそ 4.8	えのきたけ 12	※フレーク節 1.2	たまねぎ 36	しめじ 12	にんじん 12	にんじん 12	じゃがいも 12	わかめ 0.6		
	水 132		※赤みそ 4.8	こまつな 12	※酒 1.2	じゃがいも 30	キャベツ 30	だいこん 12	だいこん 24	※カットトマト 18	キャベツ 24		
			水 132	※だしこんぶ 2.4	水 72	さやえんどう 6	みつば 6	※コンソメ 0.96	干し椎茸 0.36	トマト 12	にら 9.6		
				※白しょうゆ 2.4	ごしきあえ	※煮干し 2.4	※フレーク節 2.4	※しょうゆ 0.36	根深ねぎ 12	セロリー 2.4	※たけのこ水煮 9.6		
				※しょうゆ 1.2	はくさい 18	※白みそ 9.6	※みりん 0.36	塩コショウ 0.12	※フレーク節 2.4	※チリパウダー 0.01	※糸かまぼこ 15		
				※食塩 0.12	きゅうり 9.6	水 132	※しょうゆ 0.6	水 96	※しょうゆ 1.8	乾燥パセリ 0.02	※しょうゆ 1.2		
				水 108	冷凍コーン 9.6		※白しょうゆ 3		※淡口しょうゆ 2.4	※コンソメ 1.2	※中華スープの素 1.2		
				ぶどうゼリー(中)	ほうれんそう 18		※食塩 0.12		※みりん 1.2	※しょうゆ 0.6	塩コショウ 0.12		
				※ぶどうゼリー 60	しめじ 6		水 132		※食塩 0.12	塩コショウ 0.2	水 132		
					※液体かつおだし 0.24				※でん粉 0.24	※上白糖 0.12	れいとうみかん		
					※淡口しょうゆ 1.8				水 132	※オリーブ油 0.36	※冷凍みかん(岐阜県産)		
					※みりん 0.6				ぎふゆずあじつけのり	水 96	80		
									※味付けのり(ゆず風味)	1.1	フルーツミックス		
											※バインシロップ漬け 24		
											※みかんシロップ漬け 24		
											※冷凍角切り椎茸ゼリー(あまおう)		
											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	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	
中学校	830 2.5	736 3.7	719 2.6	761 2.2	733 2.3	807 2.1	817 2.6	804 3.3	757 2.4	750 2.4	728 2.3		

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 (中学校)	むぎごはん	むぎごはん	ぎふにんじんごはん	しゃくパン	むぎごはん	もちげんまいごはん	ソフトめん	むぎごはん	しゃくパン	キムチチャーハン
	※麦ごはん 110	米 99	米 90	※食パン 85	米 99	米 99	※ソフトめん 125	米 99	※食パン 85	米 90
	牛乳	麦 11	麦 10	牛乳	麦 11	もち玄米 11	牛乳	麦 11	牛乳	麦 10
	※牛乳 206	牛乳	※食塩 0.36	※牛乳 206	牛乳	牛乳	※牛乳 206	牛乳	※牛乳 206	塩コショウ 0.12
	あつあげのてつかみそかけ	※牛乳 206	※酒 1.22	とりにくのトマトソースかけ	※牛乳 206	※牛乳 206	カレーソース	※牛乳 206	とりにくとこまつなのソーデー	※酒 1.22
	※冷凍厚揚げ 65	ハヤシシチュー	にんじん 18.3	鶏肉 60	むしゅうまい	ちくわのあげがらめ	にんじん 18	あじのしおこうじやき	鶏肉 60	根深ねぎ 3.66
	※なたね油 1.3	豚肉 30	鶏肉 12	塩コショウ 0.12	※しゅうまい(大) 60	※ちくわ 39	たまねぎ 60	※あじ 60	にんにく 0.36	※キムチ 19.52
	たれべつづけ	塩コショウ 0.24	干し椎茸スライス 1.22	※白ワイン 2.4	かんこくふうにくじゃが	じゃがいも 26	じゃがいも 24	しょうが 0.6	しょうが 0.6	豚肉 18
	ごぼう 9.6	じゃがいも 42	※しょうゆ 4.27	にんにく 0.36	豚肉 30	※なたね油 6.5	豚肉 24	※塩こうじ 4.8	※白ワイン 1.2	にんじん 3.6
	※粒状大豆 1.3	たまねぎ 60	※液体かつおだし 0.49	※上新粉 0.36	にんにく 0.6	※しょうゆ 1.95	※マッシュルーム水煮 12	※酒 2.4	塩コショウ 0.12	※ごま油 1.22
	しょうが 0.39	にんじん 24	※みりん 0.61	※なたね油 1.2	しょうが 0.6	※なたね油 1.3	※なたね油 0.6	※みりん 1.2	※なたね油 1.2	※酒 1.22
	※赤みそ 7.8	しょうが 1.2	※上白糖 0.49	※カットトマト 12	じゃがいも 60	※上白糖 0.78	にんにく 0.6	※なたね油 0.6	こまつな 18	※しょうゆ 1.22
	※みりん 1.3	にんにく 0.6	※なたね油 0.37	トマト 12	にんじん 24	※でん粉 0.13	しょうが 1.2	かぼちゃのにもの	※しょうゆ 1.8	塩コショウ 0.12
	※酒 1.3	※なたね油 0.6	牛乳	※ウスターソース 0.36	たまねぎ 54	水 13	※カレー粉 0.6	かぼちゃ 48	はちみつ 0.6	※なたね油 0.6
	※しょうゆ 0.26	※小麦粉 5.76	※牛乳 206	※ケチャップ 4.8	※糸こんにやく 14.4	たけのこのとさに	※しょうゆ 3.6	※上白糖 0.96	※上白糖 0.12	水 102.48
	※中双糖 5.2	※有塩バター 5.76	さわらのたつたあげ	※上白糖 0.12	くきわかめ 0.36	※たけのこ水煮 30	※みりん 4.8	※みりん 0.6	黒こしょう 0.01	牛乳
	※上白糖 0.26	※ウスターソース 4.8	※さわら 52	塩コショウ 0.04	※なたね油 1.2	鶏肉 20	※ケチャップ 9.6	※しょうゆ 1.8	クローブ 0.01	※牛乳 206
	水 0.65	※しょうゆ 3.6	※酒 2.6	※でん粉 0.24	※しょうゆ 6	にんじん 8.4	※チーズ 1.2	※液体かつおだし 0.36	クミン 0.01	はるまき
	※でん粉 0.26	※チーズ 2.4	にんにく 0.65	水 3.6	※上白糖 2.4	冷凍さやいんげん 6	※小麦粉 4.8	水 12	水 12	※はるまき 50
	ゆかりあえ	※牛乳 12	しょうが 1.3	ひじきのサラダ	※みりん 1.2	※しょうゆ 2.16	※有塩バター 4.8	さわにわん	ジャーマンポテト	※なたね油 5
	きゅうり 12	クローブ 0.024	※しょうゆ 1.95	※ひじき 1.44	※コチジャン 0.6	※かつお削り節 0.36	※牛乳 12	ごぼう 18	じゃがいも 36	はるさめスープ
	こまつな 14.4	オールスパイス 0.024	※でん粉 5.2	※しょうゆ 0.6	※豆板醤 0.01	※上白糖 0.6	※洋風スープの素 1.8	だいこん 24	たまねぎ 18	※春雨 6
	キャベツ 27.6	※トマトピューレー 12	※上新粉 2.6	※みりん 0.36	※フレーク節 1.2	※みりん 0.6	塩コショウ 0.12	豚肉 15	冷凍コーン 9.6	たまねぎ 24
	※食塩 0.06	※ケチャップ 12	※なたね油 5.2	※なたね油 0.24	※ごま油 0.6	水 36	オールスパイス 0.02	根深ねぎ 12	※豆乳クリームバター 0.6	チンゲンサイ 18
	※ゆかり粉 0.6	※洋風スープの素 1.2	あおなのおひたし	冷凍コーン 12	水 24	しんたまねぎのみそしる	クローブ 0.02	干し椎茸 0.36	塩コショウ 0.24	※なると 18
	かきたまじる	※赤ワイン 1.2	はくさい 30	レタス 30	ナムル	たまねぎ 36	ナツメグ 0.02	※だしこんぶ 2.4	※なたね油 1.2	※しょうゆ 1.44
	鶏肉 12	※上白糖 0.6	ほうれんそう 30	※冷凍えだまめ 6	チンゲンサイ 18	だいこん 18	ロリエ 0.01	※しょうゆ 0.6	キャベツのスープ	※中華スープの素 1.2
	たまねぎ 24	ロリエ 0.012	※液体かつおだし 0.36	※ごまドレ 4.8	だいこん 30	※ミニ厚揚げ 18	水 96	※白しょうゆ 3	豚肉 24	塩コショウ 0.12
	※冷凍液卵 24	タイム 0.012	※上白糖 0.6	▲パンフキンスープ(ノンミルク)	きゅうり 12	根深ねぎ 12	ごぼうチップス	※食塩 0.12	にんにく 0.24	水 132
	えのきたけ 12	水 84	※みりん 1.2	※かぼちゃペースト 36	※上白糖 1.2	※煮干し 2.4	ごぼう 42	水 108	キャベツ 30	ちゅうかいため
	チンゲンサイ 12	まっちゃんタフィ	※しょうゆ 1.8	かぼちゃ 36	※しょうゆ 1.44	※赤みそ 9.6	※上新粉 3.6	さくらんぼ(小中)	エリンギ 12	にら 8.4
	※しょうゆ 1.8	大豆 14.4	なすのみしる	たまねぎ 48	※ごま油 0.48	水 132	※なたね油 4.8	※さくらんぼ 10	にんじん 12	※ささみ水煮 25
	※淡口しょうゆ 2.4	※なたね油 1.2	なす 24	※豆乳 48	※酢 2.16		※みりん 0.96		※洋風スープの素 1.2	キャベツ 24
	※フレーク節 2.4	※上白糖 4.2	だいこん 30	乾燥パセリ 0.02			※しょうゆ 1.2		塩コショウ 0.12	※たけのこ水煮 8.4
	※食塩 0.12	粉茶 0.24	わかめ 0.36	※洋風スープの素 1.2			※上白糖 0.84		※しょうゆ 1.2	※鶏ガラスープ 0.36
	※でん粉 0.24	水 1.8	※油揚げ 3.6	塩コショウ 0.12			水 2.4		※なたね油 0.36	※しょうゆ 1.2
	水 132	みずなのサラダ	根深ねぎ 12	※なたね油 0.24			グリーンサラダ		水 108	※上白糖 0.24
		だいこん 30	※煮干し 2.4	※上新粉 0.36			レタス 30		つづはらのいちごジャム	塩コショウ 0.06
		みずな 26.4	※白みそ 4.8	水 84			こまつな 24		いちご 18	※ごま油 0.36
		パプリカ黄 3.6	※赤みそ 4.8	チョコクリーム			わかめ 0.6		※水あめ 1.8	※なたね油 0.6
		※青じそドレ 6	水 132	※チョコクリーム 15			※イタリアンドレ 4.8		※上新粉 0.3	ミルクプリン(中)
			ヨーグルト						※上白糖 0.6	※ミルクプリン(中)
			※ヨーグルト 65							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 塩分	エネルギー 塩分
中学校	755 2.5	832 2.5	786 3.3	838 2.8	788 2.0	734 2.5	847 2.7	702 1.8	767 3.0	853 3.2

*エネルギーの単位はKcalです。

*塩分の単位はgです。

*