



早寝・早起き・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



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、地産産物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。



パッくん

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

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かます。

今月の野菜をしらべてみよう！

たけのこ

たけのこは、竹の若い芽を食べる野菜です。1日に70センチも伸びると言われるほど一気に成長し、大きくなると竹になります。

「朝掘りをすぐ食べよ」と言われるほど、鮮度で大きく味が変わるため、早めに下ゆですることが、おいしく食べるポイントです。下ゆでする際に米ぬかを加えると、アクがよく抜けます。



給食では、できるだけ早く処理をしたたけのこを使い「たけのこごはん」を炊く予定です。楽しみにしていてくださいね。

◆今月の岐阜県産の食材(予定)◆

米・もち米 米粉・発芽玄米	パンやめんの材料や 料理で使う小麦粉	大豆・豆腐 豆乳	豚肉	干し椎茸	切干し大根
だいこん	ほうれんそう	きゅうり	小松菜	チンゲンサイ	しょうが
					トマト
					牛乳

◆今月の魚◆

<切り身の魚>
9日(火)たい
16日(火)さけ

<丸ごと食べる魚>
22日(月)しやも



給食の野菜メニューを作ってみよう！

ごぼうのソテー



- 【材料】 4人分
- ☆ごぼう 100g
 - ☆ピーマン 1個
 - ☆ベーコン 20g
 - ☆塩コショウ 少々
 - ☆しょうゆ 少々
 - ☆いため油 適量

《下準備》

- ①ごぼうは細めの干切りにして水にさらした後、水気を切っておく。
- ②ピーマンは種とへたをとり、干切りにする。さっとゆでておくとアクや苦みがとれます。
- ③ベーコンは短冊切りにする。

《作り方》

- ①フライパンに油を熱してベーコンを炒める。
- ②ごぼうを加え、しんなりするまで炒めたら、ピーマンを加える。
- ③塩コショウ、しょうゆ少々を加え、味を調える。

ごぼうを炒めすぎないのがポイントです。歯ごたえを残して仕上げ、よくかんで食べましょう。



中学校 盛り付け図

食育センター 養正調理場

月	火	水	木	金
    				
<p>8</p> 	<p>9</p> <p>たいの塩焼き</p> <p>お祝いゼリー</p> <p>切り干し大根の炒め煮</p> <p>すまし汁</p> <p>【主食】 赤飯(ごま塩)</p>	<p>10</p> <p>焼肉</p> <p>大豆の煮物</p> <p>春キャベツのみそ汁</p> <p>【主食】 発芽玄米ごはん</p>	<p>11</p> <p>厚揚げのそぼろあんかけ</p> <p>ほうれん草の和え物</p> <p>のっぺい汁</p> <p>【主食】 麦ごはん</p>	<p>12</p> <p>ごぼうのソテー</p> <p>オムレツのトマトソースかけ</p> <p>▲豆乳ポタージュ(ノンミルク)</p> <p>【主食】 黒コッパン</p>
<p>15</p> <p>えびの天ぷら</p> <p>豆乳ココアデザート</p> <p>ブロッコリーのおかか和え</p> <p>沢煮碗</p> <p>【主食】 麦ごはん(ひじきの佃煮)</p>	<p>16</p> <p>★</p> <p>鮭のみそマヨネーズ焼き</p> <p>煮浸し</p> <p>けんちん汁</p> <p>【主食】 麦ごはん</p>	<p>17</p> <p>人参サラダ</p> <p>鶏肉の唐揚げ</p> <p>醤油ラーメンスープ</p> <p>【主食】 一食ラーメン</p>	<p>18</p> <p>半平の生姜だれかけ</p> <p>カスタードプリン</p> <p>れんこん金平</p> <p>豆腐のみそ汁</p> <p>【主食】 発芽玄米ゆかりごはん</p>	<p>19</p> <p>★</p> <p>ポイルキャベツ</p> <p>トンカツ(たれ別付け)</p> <p>オニオンスープ</p> <p>【主食】 食パン</p>
<p>22</p> <p>焼きししゃも</p> <p>つぼ漬け和え</p> <p>肉じゃが</p> <p>【主食】 麦ごはん</p>	<p>23</p> <p>大根サラダ</p> <p>チョコタフィ</p> <p>カレーチュー</p> <p>【主食】 発芽玄米ごはん</p>	<p>24</p> <p>鯖の香り焼き</p> <p>ぶどうゼリー</p> <p>酢の物</p> <p>じゃがいものみそ汁</p> <p>【主食】 筍ごはん</p>	<p>25</p> <p>チンゲンサイのサラダ</p> <p>みしょうかん</p> <p>酢豚</p> <p>中華スープ</p> <p>【主食】 麦ごはん</p>	<p>26</p> <p>イタリアンサラダ</p> <p>はちみつローストチキン</p> <p>▲トマトパゲッティ(ノンミルク)</p> <p>【主食】 小型黒コッパン</p>
<p>29</p> <p>昭和の日</p>	<p>30</p> <p>かぼちゃのサラダ</p> <p>いかのレモンガーリック焼き</p> <p>岐早みかんゼリー</p> <p>野菜スープ</p> <p>【主食】 カレーピラフ</p>	<p>マークの説明</p> <p> パクン 『野菜をたくさん食べようの日』</p> <p> カムたろう 『よくかんで食べようの日』</p> <p> 『たじっこ給食の日』</p> <p> 『食育の日』</p> <p> 『きらきらメニューの日』</p> 		

令和6年度 4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	
	しゅしょく	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
9 火	むぎごはん(幼) せきはん(中) (ごましお中)	たいのしおやき	きりぼしだいこんのいために すましじる おいわいゼリー(中)	※あずき水煮(中) ※たい 豚肉 ※花形かまぼこ	※牛乳 ※だしこんぶ	※冷凍さやいんげん にんじん みつば	県産切干大根 はくさい しめじ たまねぎ	※麦ごはん(幼)米(中) もちこめ(中) ※上白糖 ※お祝いゼリー(中)	※なたね油 ※ごま塩(中)
10 水	はつがげんまいごはん	やきにく	だいちのにも はるキャベツのみそしる	豚肉 大豆 ※赤みそ ※白みそ	※牛乳 ※わかめ ※煮干し	ピーマン にんじん ※冷凍さやいんげん	にんにく しょうが たまねぎ レモン ごぼう ※たけのこ水煮 キャベツ 根深ねぎ	米 発芽玄米 ※上白糖 ※はちみつ じゃがいも	※なたね油
11 木	むぎごはん	あつあげのそぼろあんかけ	ほうれんそうのあえもの のっぺいじる	※冷凍厚揚げ 豚肉 鶏肉 ※フレーク節	※牛乳	ほうれんそう	しょうが たまねぎ きゅうり ごぼう だいこん 根深ねぎ	※麦ごはん ※上白糖 ※でん粉 里芋	※なたね油
12 金	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 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
15 月	せきはん(幼小) (ごましお幼小) むぎごはん(中) (ひじきのつくだに中)	えびのてんぷら	ブロッコリーのおかかあえ さわにわん おいわいゼリー(幼小) とうにゅうココアデザート(中)	※あずき水煮(幼小) ※えび ※糸かつお ※糸かまぼこ	※牛乳 ※だしこんぶ ※ひじきの佃煮(中)	ブロッコリー にんじん	ごぼう だいこん 干し椎茸 根深ねぎ	米(幼小) もちこめ(幼小) ※麦ごはん(中) ※小麦粉 ※上白糖 ※お祝いゼリー(幼小) ※豆乳ココアデザート(中)	※なたね油 ※ごま塩(幼小)
16 火	むぎごはん	さけのみそマヨネーズやき	にびたし けんちんじる	※さけ ※白みそ ※油揚げ ※冷凍角切り豆腐 ※フレーク節	※牛乳	こまつな	はくさい ごぼう だいこん 根深ねぎ	米 麦 ※上白糖 里芋	※マヨネーズ (卵不使用) ※なたね油
17 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)	とりにくのからあげ	にんじんサラダ	鶏肉 豚肉	※牛乳	チンゲンサイ にんじん パセリ	しょうが にんにく ※メンマ はくさい ※干切きくらげ 根深ねぎ	※一食ラーメン ※でん粉	※なたね油 ※棒々鶏ドレ
18 木	はつがげんまいゆかりごはん	はんぺんのしょうがだれかけ	れんこんきんぴら とうふのみそしる カスタードプリン (中)	※はんぺん ※冷凍角切り豆腐 ※赤みそ ※白みそ	※牛乳 ※煮干し	にんじん ※冷凍さやいんげん こまつな	しょうが れんこん たまねぎ えのきたけ	米 発芽玄米 ※でん粉 ※上白糖 ※カスタードプリン(中)	※なたね油
19 金	カツサンド (しょくパン・トンカツ・ポイルキャベツ)	オニオンスープ		豚肉 ※ベーコン ※白いんげん豆	※牛乳	パセリ にんじん	たまねぎ ※冷凍コーン エリンギ キャベツ	※食パン ※小麦粉 ※パン粉 ※上白糖	※なたね油
22 月	むぎごはん	やきししゃも	にくじゃが つぼづけあえ	豚肉 ※フレーク節	※牛乳 ※ししゃも ※きわかめ	にんじん ※冷凍さやいんげん	たまねぎ だいこん きゅうり ※つぼ漬け	※麦ごはん じゃがいも ※糸こんにゃく ※上白糖	※なたね油
23 火	カレーライス (はつがげんまいごはん・カレーシチュー)	チョコタフィ だいこんサラダ		豚肉 大豆(小中) ※大豆水煮(幼)	※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	米 発芽玄米 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
24 水	たけのごはん	さわらのかおりやき	すのもの じゃがいものみそしる ぶどうゼリー	鶏肉 ※さわら ※白みそ	※牛乳 ※わかめ ※煮干し	にんじん	たけのこ 干し椎茸スライス ふき しょうが キャベツ きゅうりたまねぎ だいこん 根深ねぎ	米 麦 ※上白糖 じゃがいも ※ぶどうゼリー	※ごま油 ※なたね油
25 木	むぎごはん	すぶた	チンゲンサイのサラダ ちゅうかスープ みしょうかん	豚肉 ※ほぐしさきみ	※牛乳	にんじん チンゲンサイ パプリカ赤 にら	しょうが たまねぎ ※美生柑 ※冷凍コーン キャベツ だいこん ※たけのこ水煮	※麦ごはん ※でん粉 じゃがいも ※上白糖 ※春雨	※なたね油 ※中華ドレ
26 金	▲トマトスパゲッティ (ノンミルク) こがたくろコッペパン(小中)	はちみつローストチキン	イタリアンサラダ	鶏肉 ※オイルツナ	※牛乳	こまつな にんじん ※トマトピューレー トマト	にんにく しょうが レタス ※冷凍コーン たまねぎ ※マッシュルーム水煮 セロリ	※小型黒コッペパン(小中) ※はちみつ ※みかんジュース ※スパゲッティ	※なたね油 ※イタリアンドレ
30 火	カレーピラフ	いかのレモンガーリックやき	かぼちゃのサラダ やさいスープ ぎふみかんゼリー(中)	※いか 豚肉	※牛乳	かぼちゃ にんじん パセリ	※ドライミックスカレー レモン きゅうり キャベツ だいこん たまねぎ	米 麦 ※ぎふみかんゼリー(中)	※なたね油 ※サウザンドレ

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。

《2024年4月分 学校給食 献立及び材料表》

(中学校) 食育センター 養正調理場

(単位:グラム)

日	4月9日 火	4月10日 水	4月11日 木	4月12日 金	4月15日 月	4月16日 火	4月17日 水	4月18日 木
献立及び材料 (中学校)	せきはん(中)	はつがげんまいごはん	むぎごはん	くろコッペパン	むぎごはん(中)	むぎごはん	ラーメン	はつがげんまいゆかりごはん
	米 72	米 95.648	※麦ごはん 110	※黒コッペパン 85	※麦ごはん 110	米 95.65	※一食ラーメン 240	米 95.65
	もちこめ 28.8	発芽玄米 14.152	牛乳	牛乳	牛乳	麦 14.15	牛乳	発芽玄米 14.15
	※あずき水煮 19.2	水 128.1	※牛乳 206	※牛乳 206	※牛乳 206	牛乳	※牛乳 206	※酒 1.22
	※食塩 0.24	牛乳	あつあげのそぼろあんかけ	オムレツのトマトソースかけ	えびのてんぷら	※牛乳 206	しょうゆラーメンスープ	※食塩 0.36
	※酒 1.2	※牛乳 206	※冷凍厚揚げ 65	※オムレツ 60	※えび 37	さけのみそマヨネーズやき	豚肉	20
	水 136.8	やきにく	※なたね油 0.6	※なたね油 1.2	※酒 2.4	※さけ 70	しょうが	0.6
	牛乳	豚肉 60	しょうが 0.6	※カットトマト 12	※食塩 0.24	塩コショウ 0.12	にんにく 0.36	牛乳
	※牛乳 206	※酒 2.4	たまねぎ 6	トマト 6	※小麦粉 8.4	※酒 1.8	チンゲンサイ 18	※牛乳 206
	たいのおやき	※しょうゆ 1.2	※冷凍厚揚げ 65	※ウスターソース 0.6	※なたね油 4.8	※白みそ 4.8	※メンマ 18	はんぺんのしょうがだれかけ
	※たい 60	にんにく 0.36	※しょうゆ 1.44	※ケチャップ 4.8	ブロッコリーのおかかあえ	※マヨネーズ(卵不使用) 9	はくさい 24	※はんぺん 50
	※酒 2.4	しょうが 0.36	※酒 1.2	※上白糖 0.12	ブロッコリー 30	※なたね油 1.2	※千切きくらげ 0.36	※なたね油 1
	※食塩 0.36	※なたね油 1.2	※上白糖 1.2	塩コショウ 0.06	にんじん 18	アルミカップ 1	根深ねぎ 12	しょうが 0.5
	※なたね油 0.6	たまねぎ 18	※みりん 0.84	水 3.6	※しょうゆ 1.8	にびたし	※醤油ラーメンスープの素	※しょうゆ 1.63
	きりぼしだいこんのいために	ピーマン 6	※でん粉 0.36	※ごぼうのソテー	※みりん 0.6	はくさい 30	※鶏ガラスープ 0.36	※みりん 0.5
	県産切干大根 4.8	※しょうゆ 1.8	水 36	ごぼう 30	※上白糖 0.36	こまつな 30	※しょうゆ 0.6	※でん粉 0.24
	※冷凍さやいんげん 6	※上白糖 0.36	ほうれんそうのあえもの	※ベーコン 6	※糸かつお 0.36	※油揚げ 3.6	※なたね油 0.6	水 5
	にんじん 14.4	※酢 0.12	ほうれんそう 30	ピーマン 6	さわにわん	※液体かつおだし 0.6	塩コショウ 0.01	れんこんきんぴら
	豚肉 6	レモン 0.96	きゅうり 24	※なたね油 0.6	ごぼう 18	※しょうゆ 1.2	水 144	れんこん 30
	※上白糖 0.6	※はちみつ 0.96	※しょうゆ 1.8	塩コショウ 0.12	だいこん 24	※上白糖 0.36	とりにくのからあげ	にんじん 12
	※みりん 1.2	だいすのにももの	※みりん 0.6	※鶏ガラスープ 0.24	干し椎茸 0.6	※みりん 0.6	鶏肉 48	※冷凍さやいんげん 6
	※しょうゆ 1.8	大豆 10	※上白糖 0.6	▲とうにゅうポタージュ(ノンミルク)	※糸かまぼこ 12	けんちんじる	しょうが 1.2	※しょうゆ 1.8
	※液体かつおだし 0.36	にんじん 12	のっぺいじる	たまねぎ 48	根深ねぎ 12	※冷凍角切り豆腐 24	にんにく 0.6	※上白糖 1.2
	※なたね油 0.6	ごぼう 12	鶏肉 12	じゃがいも 24	※だしこんぶ 2.4	ごぼう 12	※酒 2.4	※みりん 1.2
	すましじる	※冷凍さやいんげん 3.6	里芋 18	※クリームコーン 48	※しょうゆ 0.6	だいこん 12	※しょうゆ 1.2	※一味唐辛子 0.01
	※花形かまぼこ 18	※しょうゆ 1.8	ごぼう 18	パセリ 0.6	※白しょうゆ 3	里芋 18	塩コショウ 0.12	※なたね油 0.96
	はくさい 18	※みりん 1.2	だいこん 24	※豆乳 36	※食塩 0.12	根深ねぎ 12	※でん粉 9.6	とうふのみそしる
	しめじ 12	※上白糖 0.84	根深ねぎ 12	※洋風スープの素 1.2	水 108	※しょうゆ 1.8	※なたね油 6	※冷凍角切り豆腐 24
	たまねぎ 24	※液体かつおだし 0.6	※フレーク節 2.4	塩コショウ 0.24	ひじきのつくだに(中)	※白しょうゆ 2.4	にんじんサラダ	たまねぎ 24
	みつば 6	水 12	※しょうゆ 1.8	※なたね油 1.2	※ひじきの佃煮 8	※食塩 0.12	にんじん 48	えのきたけ 12
	※だしこんぶ 2.4	はるキャベツのみそしる	※淡口しょうゆ 1.8	※上新粉 0.12	とうにゅうココアデザート(中)	※フレーク節 2.4	パセリ 0.84	こまつな 12
	※白しょうゆ 2.4	※たけのこ水煮 12	※みりん 1.2	水 96	※豆乳ココアデザート 40	水 132	※棒々鶏ドレ 4.8	※煮干し 2.4
	※しょうゆ 0.96	キャベツ 30	※食塩 0.12					※赤みそ 4.8
	※食塩 0.12	じゃがいも 18	※でん粉 0.24					※白みそ 4.8
	水 132	根深ねぎ 12	水 132					水 132
	おいわいゼリー(中)	※わかめ 0.36						カスタードプリン(中)
	※お祝いゼリー 35	※煮干し 2.4						※カスタードプリン 70
	ごましお(中)	※赤みそ 4.8						
	※ごま塩 1	※白みそ 4.8						
		水 132						
	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 728 2.2	749 2.3	736 1.6	800 3.1	742 2.2	747 2.3	773 3.7	767 3.6

日	4月19日 金	4月22日 月	4月23日 火	4月24日 水	4月25日 木	4月26日 金	4月30日 火
献立及び材料 (中学校)	しよくパン	むぎごはん	はつがげんまいごはん	たけのこごはん	むぎごはん	こがたくろコッペパン(小中)	カレーピラフ
	※食パン 85	※麦ごはん 110	米 95.65	米 87.13	※麦ごはん 110	※小型黒コッペパン 55	米 86.86
	牛乳	牛乳	発芽玄米 14.15	麦 12.88	牛乳	牛乳	麦 12.74
	※牛乳 206	※牛乳 206	水 128.1	※酒 1.25	※牛乳 206	※牛乳 206	水 144
	トンカツ	やきししゃも	牛乳	※食塩 0.5	すぶた	▲トマトスバゲッティ(ノンミルク)	※ドライミックスカレー 6
	豚肉 50	※ししゃも 40	※牛乳 206	たけのこ 18.75	豚肉 45.5	※スパゲッティ 42	※酒 1.2
	塩コショウ 0.22	※なたね油 1.2	カレーシチュー	鶏肉 6.25	しょうが 1.3	※オイルツナ 18	※洋風スープの素 0.12
	※小麦粉 8.8	にくじやが	じゃがいも 48	干し椎茸スライス 0.38	※しょうゆ 0.78	にんじん 24	水 144
	※パン粉 7.7	豚肉 26	たまねぎ 60	にんじん 10	※酒 1.56	たまねぎ 48	牛乳
	※なたね油 4.4	じゃがいも 60	にんじん 24	ふんぎ 3.75	※でん粉 3.25	※マッシュルーム水煮 12	※牛乳 206
	たれべつづけ	にんじん 24	豚肉 15	※食塩 0.01	※なたね油 3.9	セロリー 2.4	いかのレモンガーリックやき
	※ウスターソース 2.2	たまねぎ 60	※なたね油 1.2	※淡口しょうゆ 5	じゃがいも 32.5	しょうが 0.6	※いか 50
	※ケチャップ 3.3	※糸こんにやく 12	にんにく 0.6	※上白糖 0.88	にんじん 13	にんにく 0.36	※ガーリックパウダー 0.02
	※上白糖 0.12	※冷凍さやいんげん 6	しょうが 1.2	※みりん 1.25	たまねぎ 19.5	※なたね油 1.2	※食塩 0.24
	水 3.3	※きわかめ 0.36	※小麦粉 6	※酒 1.25	※なたね油 0.26	※洋風スープの素 1.2	※黒こしょう 0.01
	ポイルキャベツ	※しょうゆ 6	※有塩バター 6	※液体かつおだし 0.63	※上白糖 1.95	※ケチャップ 12	※白ワイン 2.4
	キャベツ 36	※上白糖 1.8	※カレー粉 0.6	水 131.25	※しょうゆ 3.12	※トマトピューレー 12	レモン 1.2
	にんじん 12	※みりん 1.2	※チーズ 2.4	牛乳	※酢 1.56	トマト 12	※なたね油 0.6
	※鶏ガラスープ 0.24	※フレーク節 1.2	※洋風スープの素 1.2	※牛乳 206	塩コショウ 0.12	※ウスターソース 1.8	かぼちゃのサラダ
	塩コショウ 0.12	水 24	※しょうゆ 3.6	さわらのかおりやき	※洋風スープの素 0.13	塩コショウ 0.12	かぼちゃ 30
	オニオンスープ	つぼつけあえ	※ウスターソース 4.8	※さわら 70	水 15.6	水 48	きゅうり 18
	たまねぎ 48	だいこん 30	※ケチャップ 6	※しょうゆ 1.2	チンゲンサイのサラダ	はちみつローストチキン	にんじん 8
	※冷凍コーン 12	きゅうり 14.4	※牛乳 24	※酒 2.4	チンゲンサイ 30	鶏肉 60	※サウザンドレ 6
	エリンギ 12	※つぼ漬け 9.6	※オールスパイス 0.02	しょうが 1.2	※春雨 4.8	※はちみつ 2.4	やさいスープ
	※ベーコン 9.6	※酢 0.96	※クロープ 0.02	※食塩 0.12	パプリカ赤 6	にんにく 0.6	豚肉 30
	※白いんげん豆 12	※上白糖 0.36	※ナツメグ 0.02	※ごま油 0.6	※中華ドレ 6	しょうが 1.2	キャベツ 30
	※なたね油 0.6		※ロリエ 0.01	※なたね油 1.2	ちゅうかスープ	※酒 1.2	だいこん 12
	※コンソメ 1.2		塩コショウ 0.12	すのものの	※ほぐしさきみ 12	※みかんジュース 2.4	たまねぎ 12
	塩コショウ 0.12		水 60	キャベツ 30	※冷凍コーン 12	※しょうゆ 1.2	パセリ 0.36
	パセリ 0.36		チヨコファイ	きゅうり 18	キャベツ 24	※食塩 0.12	※コンソメ 1.2
	※しょうゆ 0.6		大豆 14.4	※わかめ 0.36	だいこん 12	※なたね油 1.2	※しょうゆ 2.4
	水 132		※なたね油 1.2	※酢 1.8	※たけのこ水煮 12	イタリアンサラダ	※なたね油 1.2
			※上白糖 4.8	※上白糖 0.96	にら 9.6	こまつな 30	塩コショウ 0.12
			※ココア 0.72	※しょうゆ 1.2	※しょうゆ 1.8	レタス 24	水 132
			水 1.44	じゃがいものみそしる	※中華スープの素 1.2	※冷凍コーン 6	ぎふみかんゼリー(中)
			だいこんサラダ	じゃがいも 30	塩コショウ 0.12	※イタリアンドレ 4.8	※ぎふみかんゼリー 40
			だいこん 36	たまねぎ 18	水 132		
			みずな 24	だいこん 12	みしょうかん		
			※青じそドレ 6	根深ねぎ 12	※美生柑 40		
				※煮干し 2.4			
				※白みそ 9.6			
				水 132			
				ぶどうゼリー			
				※ぶどうゼリー 60			
	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 820 3.5	760 2.2	825 2	754 3.6	784 2	814 2.8	724 3	

* エネルギーの単位はKcalです。 * 食材の分量は、中学校の分量になっています。
 * 塩分の単位はgです。 * 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。
 * ドレッシングの表記は〇〇ドレになっています。