



# 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 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》

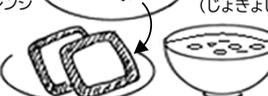
①キャベツは太めの千切り、チンゲンサイは1.5cmくらいの幅に切る。

#### 《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、ざるにあけ、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。



月	火	水	木	金
				<p>マークのせつめい</p> <p> パックン 『やさいをたくさんたべようのひ』</p> <p> カムたろう 『よくかんでたべようのひ』</p> <p> 『たじっこきゅうしよくのひ』</p> <p> 『しよくいくのひ』</p> <p> 『きらきらメニューのひ』</p>
7	8	9	10	11
		<p>ぶたどんのく</p> <p> ごまあえ</p> <p> けんちんじる</p> <p>【主食】 むぎごはん</p>	<p>ほきのたつたあげ</p> <p> きりぼしだいのん いために</p> <p> じゃがいものしろみそ</p> <p>【主食】 むぎごはん</p>	<p>にんじんサラダ</p> <p> あつあげの マーボーあんかけ</p> <p> ちゅうかスープ</p> <p>【主食】 むぎごはん</p>
14	15	16	17	18
<p>ほうれんそうのサラダ</p> <p> ぶたにくの バーベキューソース</p> <p> ミネストローネ</p> <p>【主食】 カレーピラフ</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> ▲とうにゅうポターージュ(ノンミルク)</p> <p>【主食】 くるコッパン</p>	<p>えびフライ(たれべつづけ)</p> <p> おいわい ゼリー</p> <p> ブロッコリーの おかかあえ</p> <p> すましじる</p> <p>【主食】 せきはん(ごましお)</p>	<p>だいこんサラダ</p> <p> きなこファイ</p> <p> カレーシチュー(じよきよしよく)</p> <p>【主食】 むぎごはん</p>	<p>さわらのかおりやき</p> <p> はるキャベツの にびたし</p> <p> とうのみそ</p> <p>【主食】 たけのこごはん</p>
21	22	23	24	25
<p>あげどうふのやさいあんかけ(たれべつづけ)</p> <p> ひじきのいために</p> <p> とりだんご</p> <p>【主食】 はつがげんまいごはん</p>	<p>トマトまめまめごはんのく</p> <p> かぼちゃの ごまあげ</p> <p> さわにわん</p> <p>【主食】 むぎごはん</p>	<p>ナムル</p> <p> いかのびりからやき</p> <p> しょうゆラーメン</p> <p>【主食】 いっしょくラーメン</p>	<p>ちくわのいそべあげ</p> <p> たけのこのにも</p> <p> ぶたじる</p> <p>【主食】 むぎごはん</p>	<p>イタリアンサラダ</p> <p> スラッピージョー (じよきよしよく)</p> <p> レタススープ</p> <p>【主食】 しよくパン</p>
28	29	30	 	
	<p>しょうわ ひ</p> <p>昭和の日</p>	<p>レタスサラダ</p> <p> はちみつ ローストチキン</p> <p> ▲トマトスパゲッティ(ノンミルク)</p> <p>【主食】 こがたコッパン</p>		

令和7年度 4月予定献立表

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楽しみましょう)					
				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・豆腐製品	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 ※白こま ※白すりごま
10 木	むぎごはん	ほきのたつたあげ	きりぼしだいこんのいために じゃがいものしろみそする	※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 パーベキューソース	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 ※りんごシロップ漬け はくさい きゅうり キャベツ セロリー	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
16 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(アルファル化米) ※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 ※相模ドレ
★ 18 金	たけのこごはん	さわらのかおりやき	はるキャベツのにびたし とうふのみそする 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 発芽玄米 ※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	※麦ごはん ※上白糖 ※でん粉 ※小麦粉	※なたね油 ※黒ゴマ ※白こま
 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)	いかのぴりからやき	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 干切きくらげ 根深ねぎ キャベツ	※一食ラーメン ※春雨 ※上白糖 ※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 かたぬきチーズ(中)	※焼き竹輪 鶏肉 豚肉 ※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 里手 ※板こんにやく	※なたね油
 25 金	スラッピージョー (しょくパン・スラッピージョー)		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 パプリカ赤	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	ししゃものからあげ	にくじゃが おひたし	豚肉 ※フレーク節	※牛乳 ※ししゃも 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 セロリー 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 ごぼう ※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。

