

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 129-1662

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







買りの秋食べ物を大切にいただきましょう

私たちは、食べることでエネルギーや栄養素を取り入れて生きています。食べることは、他の生き物たちの命をいただくことです。また、私たちの 食事は、食料を生産する人をはじめ、多くの人の苦労や努力によって支えられています。11月23日は、勤労感謝の日です。食べ物を大切にして、 感謝の心を持っていただきましょう。

10月~3月に登場予定

小泉地区、根本地区、南姫地区で作られた「にこまる」「清流のめぐみ」「つき あかり」「ハツシモ」「コシヒカリ」などがある。





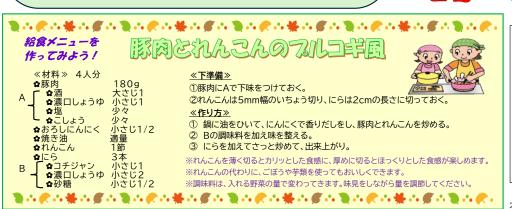


苗づくりや草刈り、水の管理などたくさん の工夫をしながらお米を育てています。 天気や気温に気を配り、虫や病気にも気 をつけてきました。そのおかげで、 今年は去年よりもお米の出来が 良さそうで、とてもうれしいです。



☆17日~21日のぎふの味わい调間には、岐阜県産の食べ物が、特に多く使われているよ。岐阜の恵みを味わって、みん なで地産地消に取り組みましょう。





11月24日は、和食の日です。2013年に和食は、ユネスコ無形文化遺産に登録されました。無形 文化とは、目に見える形では残らないため、私たちが、日々の食生活を通じて、未来へ伝えていくこ とが大切です。

🔐 「和食」 の特徴

多様で新鮮な食材と 素材の味わいを活用する









おいしさのヒミツ









11月15日はこんぶの日です。 こんぶのうま盛を感じましょう。

給食でも、だしのうま味を大切にしています

かつおだし

日本の食文化を大切にするために、心がけたいこと



☆食器を正しく並べましょう。 盛り付け図をチェック。



☆旬の食べ物を味わいま しょう。

パンの材料や

料理で使う小麦粉

きゅうり

発芽玄米

はくさい



☆「いただきます」「ごちそう さま」を心を込めて言いま しょう。



☆地域に伝わる郷土料理や行事食 を味わってみましょう。

◆今月の岐阜県産の食材(予定)◆

レタス

ブロッコリー

大豆·豆乳·

豆腐



べましょう。

☆家庭の自慢料理を教わっ♪ て、作ってみましょう。

☆お箸を正しく使って食



干厂推苷

◆今月の魚◆

7日(金)さけ 12日(水)ホキ

角切りの魚> <丸ごと食べる魚> 14日(金)わかさぎ 17日(月)あゆ

<骨を外して 食べる魚> 26日(水)さんま

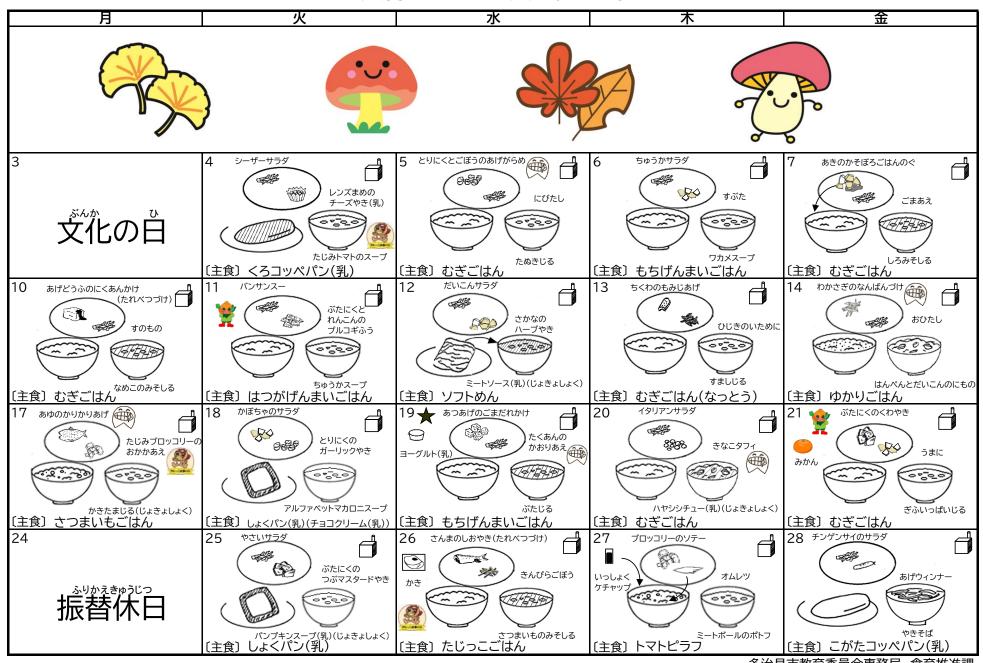
昆布だし

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・一食麺用の小麦粉・ 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。

トマトジュース

ミルクプリン

ようちえん もりつけず 食育センター 養正調理場



多治見市教育委員会事務局 食育推進課

令和7年11月予定献立表

食育センター 養正調理場

В		献立名		6つの食品群材料名(※6つの食品群をそろえてパランスの良い食事をしましょう)										
ш		₩ ┴ 1		血や肉にな	なるもの	体の制	子を整えるもの	熱や力のもとになるもの						
曜日	日 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·海草	緑黄色野菜	淡色野菜・くだもの・きのこ	穀類・いも・さとう	油脂類					
4 火	くろコッペパン(乳)	レンズまめのチーズやき(乳)	シーザーサラダ たじみトマトのスープ	※フランクフルト ※蒸しレンズ豆 鶏肉	※牛乳 ※チーズ	トマト 姫町のトマトジュース	※マッシュルーム水煮 冷凍コーン ごぼう レタス たまねぎ にんにく	※黒コッペパン じゃがいも ※上白糖	※マヨネーズ(卵不使用 ※なたね油 ※シーザードレ ※オリーブ油					
5 水		とりにくとごぼうのあげがらめ	にびたし たぬきじる	鶏肉 ※オイルツナ ※油揚げ ※冷凍角切り豆腐 ※フレーク節	※牛乳	こまつな にんじん	ごぼう はくさい だいこん 根深ねぎ しょうが	米 麦 ※でん粉 ※上新粉 ※上白糖 ※板こんにゃく	※なたね油					
6 木	もちげんまいごはん	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	ピーマン にんじん チンゲンサイ	しょうが たまねぎ だいこん きゅうり もやし ※たけのこ水煮	米 もち玄米 ※でん粉 じゃがいも ※上白糖	※なたね油 ※棒々鶏ドレ					
7 金	あきのかそ むぎごはん・あきの;		ごまあえ しろみそしる ミルクプリンたまごいり(乳)(中)	※さけ ※粒状大豆 ※白みそ	※牛乳 ※煮干し	かぼちゃ	しょうが まいたけ ※冷凍えだまめ キャベツ きゅうり 冷凍コーン はくさい だいこん 根深ねぎ	※麦ごはん ※上白糖 ※ミルクプリン卵入り(中)	※なたね油 ※白ごま ※白すりごま					
10 月		あげどうふのにくあんかけ	すのもの なめこのみそしる	※揚げ出し豆腐 豚肉 ※赤みそ ※白みそ	※牛乳 わかめ ※煮干し	ピーマン	だいこん キャベツ なめこ はくさい 根深ねぎ	※麦ごはん ※上白糖 ※でん粉 里芋	※なたね油					
11 火	はつがげんまいごはん ぶたにくとれんこんの プルコギふう		バンサンスー ちゅうかスープ かき(中)	豚肉 ※冷凍角切り豆腐 ※あさり 冷凍	※牛乳	にら チンゲンサイ	にんにく れんこん きゅうり はくさい 根深ねぎ ※柿(中)	米 発芽玄米 ※上白糖 ※春雨	※なたね油※ごま油※白ごま					
12 水		さかなのハーブやき	だいこんサラダ	豚肉 ※ホキ	※牛乳 ※チーズ	にんじん ピーマン ※トマトピューレー ※カットトマト みずな	たまねぎ しょうが にんにく だいこん 冷凍コーン	※ソフトめん ※小麦粉 ※上白糖 ※上新粉	※なたね油 ※有塩バター ※オリーブ油 ※柑橘ドレ					
13 木			ひじきのいために すましじる	※焼き竹輪 ※油揚げ 鶏肉 ※フレーク節 ※納豆	※牛乳 ※青のり粉 ※ひじき	にんじん 冷凍さやいんげん こまつな	※たけのこ水煮 ごぼう だいこん	※麦ごはん ※小麦粉 ※上白糖	※なたね油					
) 14 金		わかさぎのなんばんづけ	はんぺんとだいこんのにもの おひたし	※わかさぎ 豚肉 ※小玉はんぺん ※フレーク節	※牛乳	にんじん 冷凍さやいんげん こまつな	しょうが たまねぎ だいこん はくさい	米 麦 ※でん粉 ※上新粉 ※上白糖 ※つきこんにゃく	※なたね油					
17 月		あゆのかりかりあげ	たじみブロッコリーのおかかあえ かきたまじる ぶどうゼリー(中)	※あゆ ※かつお削り節 鶏肉 ※冷凍液卵 ※フレーク節	※牛乳	ブロッコリー チンゲンサイ	しょうが もやし はくさい たまねぎ えのきたけ	米 麦 さつまいも ※でん粉 ※上新粉 ※上白糖 ※ぶどうゼリー(中)	※なたね油					
18 火	しょくパン(乳) (チョコクリーム(乳))		かぼちゃのサラダ アルファベットマカロニスープ	鶏肉 ※白いんげん豆	※牛乳	かぼちゃ にんじん	きゅうり キャベツ エリンギ	※食パン ※上新粉 ※ABCマカロニ ※チョコクリーム	※なたね油 ※ノンエッグマヨネース					
19 水		あつあげのごまだれかけ	たくあんのかおりあえ ぶたじる ヨーグルト(乳)	※冷凍厚揚げ 豚肉 ※赤みそ	※牛乳 ※煮干し ※ヨーグルト	にんじん	県産切干大根 ※たくあん キャベツ はくさい ごぼう 根深ねぎ	米 もち玄米 ※上白糖 ※でん粉 里芋 ※板こんにゃく	※なたね油 ※白ごま ※白すりごま					
20 木		きなこタフィ	イタリアンサラダ	豚肉 ※大豆水煮(幼) 大豆(小中) ※きな粉	※牛乳 ※チーズ	にんじん ※トマトピューレー ほうれんそう	たまねぎ しょうが にんにく レタス 冷凍コーン	米 麦 じゃがいも ※小麦粉 ※上白糖	※なたね油 ※有塩バター ※イタリアンドレ					
21 金		ぶたにくのくわやき	うまに ぎふいっぱいじる みかん	豚肉 ※糸かまぼこ	※牛乳 ※だしこんぶ	冷凍さやいんげん にんじん トマト	しょうが れんこん ごぼう だいこん たまねぎ ※みかん	※麦ごはん ※上白糖 ※でん粉	※なたね油					
25 火	しょくパン(乳)	ぶたにくの つぶマスタードやき	やさいサラダ(幼) こんにゃくサラダ(小中) パンプキンスープ(乳)	豚肉	※牛乳 ※チーズ	にんじん かぼちゃ かぼちゃペースト	しょうが にんにく きゅうり たまねぎ	※食パン ※パスタこんにゃく ※小麦粉	※マヨネーズ(卵不使) ※なたね油 ※玉ねぎドレ ※有塩バター					
26 水		さんまのしおやき	きんぴらごぼう さつまいものみそしる かき(幼小)	※さんま 鶏肉※ミニ厚揚げ※赤みそ	※牛乳 わかめ ※煮干し	にんじん	だいこん ごぼう たまねぎ ※柿(幼小)	米 ※上白糖 ※糸こんにゃく さつまいも	※なたね油					
27 木			ブロッコリーのソテー ミートボールのポトフ	※オムレツ ※ミートボール ※ひよこ豆	※牛乳	※ドライミックストマトピラフ ※トマトピューレー ブロッコリー	キャベツ 冷凍コーン はくさい たまねぎ	米 麦 じゃがいも	※なたね油					
28 金		あげウィンナー	チンゲンサイのサラダ	豚肉 ※半月スライスちくわ ※ウィンナー	※牛乳 ※青のり粉	にんじん ピーマン チンゲンサイ	たまねぎ キャベツ ※紅しょうが もやし	※小型コッペパン ※中華めん	※なたね油 ※中華ドレ					

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。

			十次作及 邸			_		及月口				ıl.	110100	_1,	110100	_	(手位・ノ	
且		11月4日 火			11月7日金 11月10日月			11月11日:		11月12日 水		11月13日 木		11月14日 金				
					もちげんまいこ				むぎごはん		はつがげんまいこ				むぎごはん		ゆかりごはん	
	※黒コッペパン	40			米		※麦ごはん		※麦ごはん	60.5			※ソフトめん	70	※麦ごはん	60.5		54
	牛乳		米	54	もち玄米	6	牛乳		牛乳		発芽玄米	6	牛乳		牛乳		麦	6
	※牛乳	185	牛乳		牛乳		※牛乳	185	※牛乳	185	牛乳		※牛乳	185	※牛乳	185	※酒	0.67
	レンズまめのチーズや	き(乳)	※牛乳	185	※牛乳	185	あきのかそぼろごは	んのぐ	あげどうふのにくあ	んかけ	※牛乳	185	ミートソース(乳	L)	ちくわのもみじ	あげ	※食塩	0.21
	じゃがいも		とりにくとごぼうのあげ				※さけ	21	※揚げ出し豆腐 小	45	ぶたにくとれんこんのプル		豚肉		※焼き竹輪		※ゆかり粉	0.5
	※マッシュルーム水煮				豚肉		しょうが		※なたね油	4.2			オールスパイス				牛乳	0.0
			塩コショー		しょうが		※酒		たれべつづけ	1.2	※酒		クローブ		※青のり粉		※牛乳	185
	※フランクフルト				※しょうゆ		※食塩	0.07		Ω 1	☆/自 ※しょうゆ		ナツメグ		※小麦粉		わかさぎのなんば	
	※牛乳		☆/百 ※でん粉		ぶしょうゆ ※酒		☆ 及塩 ※しょうゆ		ピーマン		塩コショー		ロリエ		※なたね油	2.1		28
			※上新粉		※ ※でん粉		※なたね油								ひじきのいたと		4	
									※しょうゆ		にんにく		にんじん				しょうが	0.35
			ごぼう		じゃがいも		※粒状大豆		※液体かつおだし		※なたね油		たまねぎ		※ひじき		※酒	1.4
			※上新粉		※なたね油		まいたけ		※みりん		にんにく		ピーマン		※たけのこ水煮		※しょうゆ	0.35
			※なたね油		ピーマン		※冷凍えだまめ		※上白糖		れんこん		しょうが		冷凍さやいんげん			2.1
			※上白糖		たまねぎ		※なたね油		※でん粉	0.21			にんにく		※油揚げ		※上新粉	1.4
献	アルミカップ		※しょうゆ		※なたね油		※しょうゆ	1.75		7	※コチジャン		※なたね油		※しょうゆ		※なたね油	2.8
	シーザーサラダ		※みりん	0.56	※上白糖	1.05	※酒		すのもの		※しょうゆ		※小麦粉		※みりん		たまねぎ	7
立	ごぼう	14	水	2.1	※しょうゆ	1.68	※みりん	0.7	だいこん	14	※上白糖		※有塩バター		※上白糖	0.35	にんじん	0.7
及	レタス	17.5	にびたし		※酢	0.84	※上白糖	0.7	キャベツ	14	※なたね油	0.35	※洋風スープの素	0.7	※なたね油	0.21	※酢	1.75
	※シーザードレ			7	塩コショー	0.04	水	3.5	わかめ	0.21	バンサンスー		※ケチャップ	8.4	すましじる		※しょうゆ	1.05
てド	たじみトマトのス	ープ	こまつな	14	※鶏ガラスープ	0.21	ごまあえ		※酢	1.05	きゅうり	10.5	※トマトピューレー	8.4	鶏肉	10.5	※上白糖	1.05
ľ	トマト		にんじん	7	水	8.4	キャベツ	17.5	※上白糖		チンゲンサイ	10.5	※カットトマト	7	ごぼう	7	※みりん	0.7
材	姫町のトマトジュース			3.5	ちゅうかサラダ		きゅうり	7	※しょうゆ	0.7	※春雨	3.5	※ウスターソース			17.5		0.01
	たまねぎ				だいこん		冷凍コーン		なめこのみそし		※酢		※しょうゆ		こまつな	7	※でん粉	0.14
料	鶏肉		※しょうゆ		にんじん		※白ごま	0.35			※しょうゆ		※チーズ		※フレーク節	1.4		2.1
			※上白糖		きゅうり		※白すりごま		なめこ		※上白糖		塩コショー		※みりん		はんぺんとだいこんの	
幼			※みりん		※棒々鶏ドレ		※上白糖		はくさい		※ごま油		※上白糖		※しょうゆ		豚肉	17.5
纵			たぬきじる	0.00	ワカメスープ		※みりん		根深ねぎ		※白ごま	0.7			※白しょうゆ		※小玉はんぺん	
			だいこん	10.5	鶏肉		※しょうゆ		※煮干し		ちゅうかスープ		さかなのハーフ				だいこん	35
			※油揚げ		チンゲンサイ		しろみそしる		※赤みそ		※冷凍角切り豆腐		※ホキ	31.5			※つきこんにゃく	
	にんにく		※冷凍角切り豆腐		もやし		はくさい		※白みそ		はくさい		バジル		なっとう		冷凍さやいんげん	
	※上白糖		※板こんにゃく		※たけのこ水煮		かぼちゃ	14			※あさり 冷凍		黒こしょう	0.01		30	※しょうゆ	3.15
	水工口帽水		根深ねぎ		わかめ		だいこん	7	1 1	, ,	根深ねぎ		※食塩	0.07		50	※みりん	0.7
	ハ		低沫14さ しようが		わかめ ※しょうゆ		根深ねぎ	7			低冰なさ ※しようゆ		※良塩 ※白ワイン	1.4			※上白糖	0.56
			※なたね油		※中華スープの素			5.6			※中華スープの素			0.7			※エロ福 ※フレーク節	0.50
			※フレーク節		塩コショー		※煮干し	1.4			塩コショー		※上新粉	0.7			※酒	1.4
			※白しょうゆ	1.4	水	77	水	77			水	77	※なたね油	0.35	4		水	28
			※しょうゆ	0.7									だいこんサラタ				おひたし	
			※食塩	0.07									みずな	10.5			はくさい	17.5
			水	77									だいこん	17.5			こまつな	14
													冷凍コーン	7			※上白糖	0.35
													※柑橘ドレ	3.5			※みりん	0.7
																	※しょうゆ	1.05
																	※液体かつおだし	0.21
1																		
1																		
L		塩分		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		塩分		塩分
幼稚園	485	1.6	471	1.0	473	1.4	453	1.6	466	1.1	443	1.4	533	1.5	504	1.7	481	2.0

日	11月17日 月	月	11月18日 :	火	11月19日 2	k I	11月20日:	木	11月21日 :	金	11月25日	火	11月26日	水	11月27日	木	11月28日:	金
	さつまいもごは		しょくパン(乳)		もちげんまいご			•	むぎごはん		しょくパン(乳)		たじっこごはん		トマトピラフ	•	こがたコッペパン	
			※食パン	40		54		6	※麦ごはん	60.5	※食パン	40		60		48.4	※小型コッペパン	
	麦		牛乳	-10	もち玄米	6			牛乳	00.0	牛乳	-10	牛乳	- 00	麦	7.12		
			※牛乳	185	牛乳		牛乳	J-	※牛乳	185	※牛乳	185	※牛乳	185	· ※酒		※牛乳	185
			とりにくのガーリック				************************************	185			ぶたにくのつぶマスター		さんまのしおや		小石 ※ドライミックストマトピラフ			103
			鶏肉		あつあげのごまだれ				豚肉		豚肉		※さんま		※洋風スープの素			50.4
/					※冷凍厚揚げ	35			がら ※しょうゆ		塩コショー		※食塩				塩コショー	0.07
/	牛乳	0.03	※食塩				塩コショー		※酒		塩コフョ ※白ワイン		※しょうゆ		牛乳		塩コフョ ※なたね油	0.14
		105	※良塩 黒こしょう				塩コショー じゃがいも		へ <u>個</u> しょうが		ペロフィンペマヨネーズ(卵不使用)		※なたね油		- 乳 ※牛乳		たまねぎ	28
	あゆのかりかり						たまねぎ		しょうか ※なたね油				たれべつづけ		オムレツ	165	キャベツ	28
									※なた1a油 ※しようゆ		しょうが		だいこん			40		
/			※しょうゆ ※ L*ゲ				にんじん				にんにく				※オムレツ		にんじん	7
/	しょうが		※上新粉				しょうが		※みりん ※ トウッキ		※粒入りマスタード				※なたね油	0.7		17.5
	※しょうゆ ※ ~		※なたね油				にんにく		※上白糖		※なたね油		※みりん		ブロッコリーのソ			2.1
	※酒 ※食塩		かぼちゃのサラ				※なたね油		※でん粉		やさいサラダ		※酢		ブロッコリー		※半月スライスちくわ	
			かぼちゃ	24.5			※小麦粉	3.15		3.5	にんじん		※上白糖		キャベツ		※紅しょうが	1.4
	※でん粉		きゅうり		たくあんのかおり				うまに	1 4	きゅうり		きんぴらごぼう		冷凍コーン		※青のり粉	0.14
	※上新粉						※ウスターソース		れんこん		※玉ねぎドレ		鶏肉		※しょうゆ		※洋風スープの素	
	※なたね油		アルファベットマカロニ				※しょうゆ		ごぼう		パンプキンスープ						※ウスターソース	
及	たじみブロッコリーのおか						※チーズ		冷凍さやいんげん		たまねぎ		ごぼう		塩コショー		※しょうゆ	0.84
	ブロッコリー		※ABCマカロニ				※牛乳		にんじん		かぼちゃ		※糸こんにゃく				※かき油	0.14
	もやし						クローブ		しょうが		かぼちゃペースト		※なたね油		ミートボールのア			0.7
			エリンギ						※なたね油		乾燥パセリ		※しょうゆ		※ミートボール		塩コショー	0.04
	· ·		にんじん		ぶたじる		※トマトピューレー		※しょうゆ		※チーズ		※酒		はくさい		あげウィンナー	
业引	※上白糖		※なたね油				※ケチャップ		※上白糖		※牛乳		※みりん		じゃがいも			13.5
14			※しょうゆ				※赤ワイン		※液体かつおだし		※有塩バター		※上白糖		たまねぎ		※なたね油	1.5
_		0.21	※コンソメ				※洋風スープの素				※小麦粉		さつまいものみる			-	チンゲンサイのサ	
	かきたまじる		塩コショー				※上白糖	0.35			※洋風スープの素				※コンソメ		チンゲンサイ	15.4
1111	鶏肉		水				ロリエ		ぎふいっぱいじ		塩コショー		さつまいも		塩コショー		もやし	17.5
	たまねぎ		チョコクリーム(タイム		※糸かまぼこ	-	ロリエ		わかめ		※しょうゆ		※中華ドレ	2.8
	※冷凍液卵		※チョコクリーム	15		5.6			トムト		※なたね油		※ミニ厚揚げ		ロリエ	0.01		ļ
	えのきたけ	7			※煮干し		イタリアンサラタ		だいこん	10.5	水	21	※煮干し	1.4		35		ļ
	チンゲンサイ	7			水		レタス		たまねぎ	7			※赤みそ		※オリーブ油	0.35		ļ
		1.05			ヨーグルト(乳)		ほうれんそう		※だしこんぶ	1.4			水	77	いっしょくケチャ			ļ
		1.4			※ヨーグルト		冷凍コーン		※しょうゆ	0.35			かき(幼小)		※一食用ケチャップ	8		ļ
	※フレーク節	1.4					※イタリアンドレ			1.75			※柿	30				ļ
	※食塩	0.07				ļ	きなこタフィ		※食塩	0.07								ļ
	※でん粉	0.14					※大豆水煮	25		77								ļ
	水	77					※なたね油		みかん									ļ
							※上白糖	2.1	※みかん	60								ļ
							※きな粉	0.84										ļ
							※食塩	0.04										ļ
							水	1.05										ļ
\square	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分		塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分		塩分		塩分		塩分
幼稚園	469	1.5	490	1.6	517	1.3	535	1.4	491	1.3	486	1.5	527	1.3	492	2.2	458	2.2
*]	ニネルギーの単位	ははKa	calです。			*食	材の分量は、幼科	性園の	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もありますので、ご了承下さい。 *牛乳は、精華愛児幼稚園・明和幼稚園はビン牛乳(180㎖)、養正幼稚園はパック牛乳(200㎖)です。

^{*}ドレッシングの表記は○○ドレになっています。