



5月 学校給食こんだて表



新しい仲間との学校生活がスタートしてひと月が経ちました。新しい生活にも慣れてきた頃ではありますが、一方で、心や体に少しずつ疲れが出始める時期でもあります。心や体に疲れをためないように、まずはゆっくり体を休めましょう。そして、季節の食べもの(たけのこや新じゃが、アスパラガスなど)を食べて、春のパワーをチャージしましょう。

～正しい食事のマナーでたのしく食べよう～

正しいマナーを身につけることは、自分自身が食事をスムーズにすすめるためと、他の人と一緒に食事をする時に、嫌な思いをさせないためでもあります。基本的な食事のマナーを身につけて、みんなで守ることで、楽しく食事をすることができます。

(1)食事の前には
ていねいに手を洗う。



(2)食器は正しい位置に
置く。



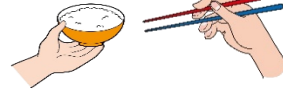
(3)「いただきます」「ごちそう
さま」のあいさつをする。



(4)よい姿勢で食べる。



(5)はしや食器を正しく
もつ。



おはなし給食(16日) チョコちゃんと給食 給食がちょっと苦手なチョコちゃん。そんなチョコちゃんが給食を好きになるために考えた方法とは？		1日(水) 八十八夜 キャバツのゆかりあえ ちくわのまっ茶磯辺け 親子丼の具 白ごはん	2日(木) 端午の節句献立 かしわ餅 郡上味噌チキン かき玉汁 五目たけのこごはん	3日(金) 法記念日 春巻き チンゲン菜の中華スープ キムチチャーハン
6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)
振替休日	フルーツゼリーポンチ フランクフルト 焼きそば こがた小型パン	五色あえ さわらの照り焼き さつま汁 白ごはん	大根サラダ(ド) ポテトとアスパラのグラタン キャバツとウインナーのスープ 米粉パン	春巻き チンゲン菜の中華スープ キムチチャーハン
13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木) おはなし給食	17日(金)
ツナサラダ(マ) 福神漬 麦ごはん	コーンサラダ(ド) 青のりポテト ミートソース(大豆入り) ソフト麺	ゆかりふりかけ 焼き肉(野菜ぞえ) 春野菜のみそ汁 白ごはん	イチゴジャム キャバツのソテー ココア豆 ミートボールのトマト煮 コッパン	オレンジ かつおのささ揚げ けんちん汁 五目ごぼうごはん
20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金) 海津市
キャバツの塩昆布和え 和風おろしハンバーグ じゃがいものみそ汁 麦ごはん	チンゲン菜の炒め物 しゅうまい 五目ラーメンの汁 中華麺	肉じゃが さけのみそマヨネーズ焼き 豆腐と糸かまぼこのすまし汁 白ごはん	海藻サラダ(ド) キャロットポタージュ 春野菜のキッシュ 黒パン	ぎふだもんゼリー 鶏肉の香草パン粉焼き ジュリエンスープ 海津つちトマトごはん
27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)
ほうれん草ともやしのおひたし 二色鶏そぼろごはんの具 沢煮椀 麦ごはん	きんぴらごぼう ししゃものお好み揚げ わかめうどんの汁 うどん	チンゲン菜のナムル 焼きぎょうざ 麻婆豆腐 白ごはん	ポテトサラダ(マ) きなこパン ハッシュドポーク テーブルロールパン	とりにく 鶏肉のから揚げ ミネストローネ コーンピラフ

令和6年度 5月給食材料明細表

岐南町総合調理センター

	1(水)	2(木)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)			
献立	牛乳 白ごはん 親子丼の具 ちくわの抹茶磯辺揚げ キャベツのゆかりあえ	牛乳 五目だけのこごはん 郡上味噌チキン かき玉汁 かしわ餅	牛乳 小型パン 焼きそば フランクフルト フルーツゼリーポンチ	牛乳 白ごはん さわらの照り焼き 五色あえ さつま汁	牛乳 米粉パン ポテトとアスパラのグラタン キャベツとウィンナーのスープ 大根サラダ	牛乳 キムチチャーハン 春巻き チンゲン菜の中華スープ	牛乳 麦ごはん チキンカレー ツナサラダ 福神漬	牛乳 ソフト麺 ミートソース(大豆入) 青のりポテト コーンサラダ	牛乳 白ごはん 焼き肉(野菜添え) 春野菜のみそ汁 ゆかりふりかけ	牛乳 コッパパン ミートボールのトマト煮 ココア豆 キャベツのソテー いちごジャム			
献立の材料	牛乳 206.00 白ごはん 80.00 鶏肉 15.00 高野豆腐 3.00 玉ねぎ 53.00 にんじん 15.00 みつば 2.00 干し椎茸 0.50 かまぼこ 45.00 液卵 45.00 うすくちしょうゆ 4.50 しろしょうゆ 4.50 三温糖 3.00 みりん 0.75 和風だし 0.75 サラダ油 0.50 水 45.00 ミニちくわ 26.00 薄力粉 5.00 米粉 5.00 あおのり 0.20 抹茶 0.02 水 10.00 食塩 0.05 大豆白絞油 5.00 キャベツ 30.00 きゅうり 20.00 ゆかり粉 0.50 食塩 0.06	牛乳 206.00 アルファ化米 50.00 精麦 5.00 鶏肉 10.00 にんじん 10.00 たけのこ 13.00 油揚げ 5.00 えだまめ 5.00 干し椎茸 0.50 酒 1.00 中ざら糖 1.60 こいくちしょうゆ 4.80 みりん 1.20 食塩 0.16 和風だし 1.00 サラダ油 1.00 鶏肉 40.00 こいくちしょうゆ 1.00 酒 1.00 みりん 1.00 三温糖 2.00 おろし生姜 0.50 おろしにんにく 0.20 郡上みそ 3.50 液卵 15.00 にんじん 10.00 玉ねぎ 15.00 えのきたけ 5.00 みつば 2.00 干し椎茸 0.20 しろしょうゆ 4.00 食塩 0.25 かつおだし 2.00 かたくり粉 0.50 かしわもち 40.00	牛乳 206.00 小型パン 30.00 焼きそば麺 70.00 やきそばソース 2.00 豚肉 15.00 キャベツ 50.00 玉ねぎ 30.00 にんじん 15.00 さざみ生姜 1.00 あおのり 0.20 やきそばソース 8.00 食塩 0.10 白こしょう 0.02 フランクフルト 30.00 ケチャップ 4.00 ウスターソース 2.00 三温糖 1.20 りんごチャック 20.00 パンチャック 20.00 みかんチャック 20.00 はちみつモンゼリー 10.00 ソーダゼリー 10.00	牛乳 206.00 精白米 80.00 さわら 40.00 こいくちしょうゆ 2.00 しろしょうゆ 2.00 みりん 4.00 キャベツ 20.00 にんじん 10.00 食塩 15.00 白こしょう 5.00 ねぎ 5.00 白みそ 10.00 いりこだし 2.00 鶏肉 5.00 だいこん 20.00 にんじん 10.00 さとしも 15.00 こんにゃく 5.00 ごぼう 5.00 白みそ 10.00 いりこだし 2.00	牛乳 206.00 米粉パン 55.00 ハム 5.00 じゃがいも 25.00 オニオンソテー 20.00 アスパラガス 8.00 牛乳 5.00 鶏ガラスープ 5.00 ホワイトソース 40.00 食塩 0.15 白こしょう 0.02 ナチュラルチーズ 10.00 アルミカップ 1.00 カットウィンナー 5.00 玉ねぎ 10.00 キャベツ 30.00 スープストック 1.00 食塩 0.50 白こしょう 0.02 サラダ油 0.50 だいこん 30.00 きゅうり 20.00 ホールコーン 5.00 青じそドレッシング 8.00	牛乳 206.00 アルファ化米 50.00 精麦 5.00 焼き豚 7.00 にんじん 15.00 玉ねぎ 15.00 はくさいキムチ 10.00 ケチャップ 1.00 りんごビュレ 5.00 ウスターソース 2.00 マッシュルーム 2.00 カレーフレーク 14.00 ロイヤルマサラ 0.02 フルーツチャツネ 1.00 食塩 0.05 白こしょう 0.02 おろしにんにく 0.20 おろし生姜 0.20 中ざら糖 1.50 デミグラスソース 3.00 薄力粉 4.00 マーガリン 4.00 サラダ油 0.10 キャベツ 25.00 きゅうり 10.00 ホールコーン 15.00 まぐろオイル漬サラダ用 10.00 マヨネーズ 5.00 福神漬 8.00	牛乳 206.00 麦ごはん 77.00 ソフト麺 80.00 豚ひき肉 17.00 牛ひき肉 5.00 ひきわり大豆 8.00 赤ワイン 1.00 玉ねぎ 50.00 にんじん 15.00 マッシュルーム 5.00 ケチャップ 10.00 トマトビュレ 20.00 ダイストマト 10.00 食塩 0.48 白こしょう 0.02 ウスターソース 4.00 中ざら糖 1.50 玉葱 20.00 ピーマン 5.00 食塩 0.10 白こしょう 0.01 スーパーストック 1.00 サラダ油 0.20 玉葱 20.00 キャベツ 15.00 木綿豆腐 20.00 えのきたけ 5.00 カットわかめ 0.50 白みそ 9.50 いりこだし 2.00 キャベツ 25.00 きゅうり 10.00 ホールコーン 15.00 野菜和風ドレッシング 5.00	牛乳 206.00 精白米 80.00 豚肉 40.00 こいくちしょうゆ 3.00 酒 2.00 おろし生姜 0.80 みりん 1.00 三温糖 0.20 サラダ油 1.00 にんじん 10.00 もやし 10.00 玉ねぎ 20.00 ピーマン 5.00 食塩 0.20 白こしょう 0.02 三温糖 1.00 白こしょう 0.01 スーパーストック 1.00 サラダ油 0.20 玉葱 20.00 キャベツ 15.00 木綿豆腐 20.00 えのきたけ 5.00 カットわかめ 0.50 白みそ 9.50 いりこだし 2.00 ゆかりふりかけ 1.00	牛乳 206.00 コッパパン 55.00 ミートボール 18.00 マッシュルーム 3.00 じゃがいも 35.00 玉ねぎ 50.00 にんじん 20.00 トマトビュレ 10.00 ケチャップ 10.00 ハヤシルウ 2.50 赤ワイン 0.80 食塩 0.20 白こしょう 0.02 三温糖 1.00 スーパーストック 1.00 サラダ油 0.20 大豆 25.00 大豆白絞油 2.00 ココア 0.50 三温糖 3.00 食塩 0.05 ハム 5.00 ホールコーン 10.00 キャベツ 30.00 ピーマン 5.00 食塩 0.10 白こしょう 0.01 スーパーストック 0.20 サラダ油 0.20 いちごジャム 15.00				
	和	639・862	613・692	630・789	557・658	561・692	532・601	629・810	727・929	565・672	665・798		
	日(曜)	17(金)	20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	27(月)	28(火)	29(水)	30(木)	31(金)	
	献立	牛乳 五目ごぼうごはん かつおのさらさ揚げ けんちん汁 オレンジ	牛乳 麦ごはん 和風おろしハンバーグ じゃがいものみそ汁 キャベツの塩昆布あえ	牛乳 中華めん 五目コーンラーメンの汁 しゅうまい チンゲン菜の炒め物	牛乳 白ごはん 鮭のみそマヨネーズ焼き 肉じゃが 豆腐と糸かまぼこのすまし汁	牛乳 黒パン 春野菜のキッシュ キャロットポタージュ 海藻サラダ	牛乳 海津つこトマトごはん 鶏肉の香味パン粉焼き ジュリエンヌスープ ぎふだもんゼリー	牛乳 麦ごはん 二色鶏そぼろごはんの具 ほうれん草とまやしのおひたし 沢煮焼	牛乳 うどん わかめうどんの汁 ししゃものお好み揚げ きんぴらごぼう	牛乳 白ごはん 麻婆豆腐 焼ききょうざ チンゲン菜のナムル	牛乳 テーブルロールパン きなこパン ハッシュドボーク ポテトサラダ	牛乳 コーンピラフ 鶏肉のから揚げ ミネストローネ	
	献立の材料	牛乳 206.00 アルファ化米 50.00 精麦 5.00 鶏肉 10.00 にんじん 10.00 ごぼう 15.00 油揚げ 5.00 えだまめ 3.00 干し椎茸 0.50 酒 1.00 中ざら糖 1.60 こいくちしょうゆ 4.80 みりん 1.20 食塩 0.16 和風だし 1.00 サラダ油 1.00 かつお 40.00 酒 2.00 こいくちしょうゆ 3.00 おろし生姜 0.50 カレー粉 0.20 かたくり粉 5.00 大豆白絞油 5.00 木綿豆腐 20.00 油揚げ 5.00 だいこん 20.00 にんじん 10.00 こんにゃく 10.00 ねぎ 5.00 角切昆布 0.20 うすくちしょうゆ 4.00 食塩 0.25 かつおだし 2.00 オレンジ 30.00	牛乳 206.00 麦ごはん 77.00 ハンバーグ 60.00 おろし生姜 0.20 三温糖 1.23 こいくちしょうゆ 3.00 みりん 0.25 だいこん 5.00 おろしにんにく 0.20 かたくり粉 0.30 水耕ねぎ 3.00 じゃがいも 25.00 油揚げ 5.00 だいこん 20.00 ねぎ 5.00 赤みそ 4.00 白みそ 5.50 いりこだし 2.00 キャベツ 35.00 きゅうり 15.00 食塩 0.06 塩昆布 1.00	牛乳 206.00 蒸し中華めん 160.00 焼き豚 5.00 ホールコーン 10.00 にんじん 15.00 もやし 15.00 チンゲン菜 5.00 白みそ 2.00 牛乳 3.00 調理用マヨネーズ 10.00 スープストック 0.20 豚肉 10.00 じゃがいも 35.00 玉ねぎ 25.00 にんじん 10.00 糸こんにゃく 10.00 えだまめ 3.00 こいくちしょうゆ 2.75 中ざら糖 1.50 みりん 0.50 薄力粉 0.50 和風だし 0.20 サラダ油 0.50 冷凍豆腐 15.00 糸かまぼこ 7.00 にんじん 15.00 だいこん 15.00 みつば 1.50 干し椎茸 0.20 しろしょうゆ 4.00 食塩 0.25 かつおだし 2.00	牛乳 206.00 精白米 80.00 さけ 40.00 食塩 0.20 酒 1.00 玉ねぎ 5.00 白みそ 2.00 牛乳 3.00 調理用マヨネーズ 10.00 豚肉 10.00 じゃがいも 35.00 玉ねぎ 25.00 にんじん 10.00 糸こんにゃく 10.00 えだまめ 3.00 こいくちしょうゆ 2.75 中ざら糖 1.50 みりん 0.50 薄力粉 0.50 和風だし 0.20 サラダ油 0.50 冷凍豆腐 15.00 糸かまぼこ 7.00 にんじん 15.00 だいこん 15.00 みつば 1.50 干し椎茸 0.20 しろしょうゆ 4.00 食塩 0.25 かつおだし 2.00	牛乳 206.00 黒パン 55.00 まぐろオイル漬 20.00 アスパラガス 10.00 たけのこ 5.00 オニオンソテー 10.00 液卵 25.00 生クリーム 3.00 牛乳 5.00 スープストック 0.20 食塩 0.18 白こしょう 0.02 ナチュラルチーズ 7.00 にんじんベスト 40.00 玉ねぎ 20.00 スープストック 1.00 牛乳 40.00 マーガリン 4.00 薄力粉 4.00 食塩 0.50 白こしょう 0.02 オリブ油 1.50 サラダ油 1.50 ベーコン 5.00 にんじん 15.00 玉ねぎ 25.00 じゃがいも 15.00 パセリ 0.50 スープストック 1.20 食塩 0.30 白こしょう 0.02 サラダ油 0.20 ぎふだもんもゼリー 40.00	牛乳 206.00 アルファ化米 50.00 精麦 5.00 鶏肉 5.00 玉ねぎ 30.00 マッシュルーム 5.00 ダイストマト 15.00 トマトソース 10.00 ケチャップ 1.80 マーガリン 0.50 スープストック 1.10 食塩 0.21 白こしょう 0.02 白こしょう 1.00 鶏肉 40.00 白ワイン 1.00 おろしにんにく 0.20 食塩 0.30 白こしょう 0.02 にんじん 10.00 パン粉 5.00 オリブ油 1.50 サラダ油 1.50 ベーコン 5.00 にんじん 15.00 玉ねぎ 25.00 じゃがいも 15.00 パセリ 0.50 スープストック 1.20 食塩 0.30 白こしょう 0.02 サラダ油 0.20	牛乳 206.00 麦ごはん 77.00 うどん 70.00 いり卵 20.00 鶏ひき肉 30.00 おろし生姜 0.30 三温糖 2.40 こいくちしょうゆ 3.60 ねぎ 1.20 サラダ油 1.00 ひきわり大豆 5.00 ほうれんそう 15.00 もやし 35.00 花かつお 1.00 こいくちしょうゆ 2.00 豚肉 5.00 米粉 3.50 米粉 3.50 きざみ生姜 0.30 水 11.00 ごぼう 25.00 にんじん 15.00 こんにゃく 10.00 こいくちしょうゆ 2.00 三温糖 1.20 みりん 0.50 和風だし 0.50 白いりごま 1.00 ごま油 0.50	牛乳 206.00 うどん 70.00 鶏肉 10.00 カットわかめ 0.50 干し椎茸 0.50 なると 8.00 にんじん 10.00 おろしにんにく 0.25 豆腐パンジャン 0.11 しろしょうゆ 6.00 みりん 2.00 酒 2.00 食塩 0.25 かつおだし 2.00 ししゃも 30.00 薄力粉 3.50 米粉 3.50 きざみ生姜 0.30 水 11.00 ごぼう 25.00 にんじん 15.00 こんにゃく 10.00 こいくちしょうゆ 2.00 三温糖 1.20 みりん 0.50 和風だし 0.50 白いりごま 1.00 ごま油 0.50	牛乳 206.00 精白米 80.00 冷凍豆腐 90.00 豚ひき肉 20.00 サラダ油 0.50 おろし生姜 0.25 三温糖 3.50 脱脂粉乳 0.70 食塩 0.05 鶏肉 35.00 赤ワイン 2.00 玉ねぎ 40.00 にんじん 15.00 デミグラスソース 5.00 トマトビュレ 10.00 ケチャップ 10.00 ウスターソース 2.00 三温糖 1.00 食塩 0.50 白こしょう 0.05 スーパーストック 1.00 マーガリン 4.00 薄力粉 4.00 サラダ油 0.20 ぎょうざ 40.00 サラダ油 2.50 にんじん 10.00 チンゲン菜 20.00 もやし 20.00 こいくちしょうゆ 2.00 三温糖 0.62 きゅうり 15.00 食塩 0.08 ホールコーン 5.00 食塩 0.10 白こしょう 0.01 マヨネーズ 5.00	牛乳 206.00 テーブルロールパン 38.00 小型パン 30.00 大豆白絞油 3.00 きな粉 3.50 三温糖 3.50 マッシュルーム 5.00 スーパーストック 1.00 食塩 0.50 白こしょう 0.02 鶏肉 50.00 おろし生姜 0.50 おろしにんにく 0.50 こいくちしょうゆ 2.50 酒 2.50 かたくり粉 10.00 大豆白絞油 2.00 かぼちゃ 20.00 にんじん 15.00 玉ねぎ 25.00 ベーコン 5.00 アルファ化米 50.00 精麦 5.00 ベーコン 10.00 玉ねぎ 20.00 にんじん 5.00 きゅうり 15.00 食塩 0.40 白こしょう 0.02		
		和	571・648	598・774	529・653	645・775	660・812	558・659	567・723	586・747	693・834	657・747	741・837

※分量は小学校3・4年生の1人当たりの量(g)を表示しています。
※エネルギー量(kcal)は、左から小学校・中学校量を表示しています。
※学校給食で使用する県内産の食材については、学校給食地産地消推進事業により、県・市町村・JAグループから援助を受けています。
※材料の都合により、やむをえず献立及び使用材料を一部変更する場合がありますので、あらかじめご了承ください。