



3月 学校給食こんだて表

～1年間の食生活をふりかえろう～

少しずつ暖かい日差しも届き春の訪れを感じるようになり、いよいよ今年度最後の締めくくりの月となりました。この一年間、毎日の食事をおいしく味わい、楽しく食べることができましたか？
あてはまるものに☑して、自分の食生活をふりかえってみましょう。



<input type="checkbox"/> 朝ごはんは、毎日食べることができた。 	<input type="checkbox"/> 朝昼夕、一日三食規則正しく食べることができた。 	<input type="checkbox"/> すききらいしないで、バランスよく食べることができた。 	<input type="checkbox"/> いただきます。ごちそうさまのあいさつを心をこめてした。
<input type="checkbox"/> はしのもち方や食事のマナーに気をつけることができた。 	<input type="checkbox"/> よくかんで、味わって食べることができた。 	<input type="checkbox"/> 食事のじゅんびや後片づけに協力することができた。 	<input type="checkbox"/> みんなと楽しく食べることができた。

卒業おめでとう



6年生のみなさん、小学校の6年間で、心も体も大きく成長しましたね。次は中学生です。中学生は成長ラストスパートの時期です。これからもバランスのよい食事・運動・休養、睡眠を心がけ、健康な体をつくりますよ。



東小6年生 家庭科で考えた給食

- 9日(月) 「魚が主菜の和食給食」
- 11日(水) 「お弁当給食」
- 13日(金) 「みんな大好き韓国風給食」



2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)
トンカツ(ソ) ほうれん草のおかかあえ トンカツソース ひじきふりかけ 春のかすみ汁 麦ごはん	れんこんサラダ(ド) ひなまつりゼリー フランクフルト イタリアンスパゲッティ クロワッサン	さわらの西京焼き 筑前煮 のりの佃煮 麩のすまし汁 白ごはん	海藻サラダ(ド) ブラック&ホワイトチョコ アンサンブルエッグ ポークビーンズ 食パン	ししゃもの磯辺揚げ ヨーグルト けんちん汁 五目ごはん
9日(月) 東小6の1献立	10日(火)	11日(水) 東小6の2献立	12日(木)	13日(金) 東小6の3献立
ぶりの照り焼き ほうれん草ともやしのおひたし 味付けのり 豚汁 麦ごはん	フルーツ杏仁 ほういろう回鍋肉 コーンラーメンの汁 中華麺	鶏肉のから揚げ ポテトサラダ(マ) デコポン わかめふりかけ 具だくさん味噌汁 白ごはん	キャベツのソテー ひとくちチーズ テーブルロールパン クリームシチュー シナモンパン	徳田ねぎ入りプルコギ 桃のタルト れんこんの炊き込みごはん かんこくふうはるさめ韓国風春雨スープ
16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)
ツナサラダ(マ) 乳酸菌飲料 福神漬け ポークカレー 麦ごはん	わかさぎフリッター キャベツと厚揚げの煮びたし わかめうどんの汁 うどん	揚げぎょうざ バンサンスー 白ごはん 麻婆豆腐	はるやさい春野菜のサラダ(ド) いちごゼリー さけのマヨネーズ焼き ポテトポタージュ 黒パン	春分の日
23日(月) 小学校卒業お祝い	24日(火)	25日(水)	26日(木)	
卒業お祝いデザート エビフライ(タルタルソース) 小松菜のおひたし 湯葉とわかめのすまし汁 赤飯	フライビーンズ だいこん大根サラダ(ド) ミートソース ソフト麺	卒業式	修了式	ねぎっちょのおすすめ「ぎふ野さい」 【今月の「ぎふ野さい」】(予定) * ほうれん草(岐阜市) * 小松菜(西濃地域) * きゅうり(羽島市) * にんじん(各務原市) * 徳田ねぎ(岐南町)

令和7年度 3月給食材料明細表(小学校)

岐南町総合調理センター

日(曜)	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	
献立	牛乳 麦ごはん トンカツ ほうれん草のおかかあえ 春のかすみ汁 ひじきふりかけ	牛乳 クロワッサン イタリアンズパグティ フランクフルト れんこんサラダ ひなまつりゼリー	牛乳 白ごはん さわらの西京焼き 筑前煮 麩のすまし汁 のりの佃煮	牛乳 食パン ポークビーンズ アンサンブルエッグ 海藻サラダ ブラック&ホワイト	牛乳 五目ごはん ししゃもの磯辺揚げ けんちん汁 ヨーグルト	牛乳 麦ごはん ぶりの照り焼き ほうれん草ともやしのおひたし 豚汁 味付けのり	牛乳 中華めん コーンラーメンの汁 回鍋肉 フルーツ杏仁	牛乳 白ごはん 鶏肉のから揚げ ポテトサラダ 臭だくさん味噌汁 デコボン わかめふりかけ	牛乳 テーブルロールパン シナモンパン クリームシチュー キャベツのソテー ひとくちチーズ	牛乳 れんこんの炊き込みごはん 徳田ねぎ入りブルコギ 韓国風春雨スープ 桃のタルト	
献立の材料	牛乳 206.00 精白米 70.00 精麦 7.00 トンカツ 50.00 大豆白絞油 5.00 とんかつソース 5.00 ほうれんそう 30.00 もやし 20.00 こいくちしょうゆ 1.80 みりん 0.90 和風だし 0.30 花かつお 0.50 糸かまぼこ 10.00 ちらしかまぼこ 5.00 にんじん 10.00 みつば 3.00 干し椎茸 0.50 しろしょうゆ 4.00 食塩 0.25 かつおだし 2.00 ひじきふりかけ 1.30	牛乳 206.00 クロワッサン 55.00 ゆでスパゲッティ 75.00 ベーコン 15.00 玉ねぎ 30.00 にんじん 20.00 ピーマン 5.00 マッシュルーム 6.00 ケチャップ 17.20 ウスターソース 2.30 スープストック 0.60 食塩 0.35 ごしょう 0.02 三温糖 0.12 サラダ油 0.50 キャベツ 20.00 れんこん 15.00 きゅうり 10.00 にんじん 5.00 香りとまドレッシング 10.00 菱形三色ゼリー 60.00	牛乳 206.00 精白米 80.00 さわら 40.00 西京みそ 6.00 みりん 1.80 酒 1.20 紙カップ 1.00 鶏肉 15.00 酒 0.50 にんじん 10.00 ごぼう 10.00 れんこん 20.00 こんにゃく 10.00 干し椎茸 0.20 こいくちしょうゆ 2.00 みりん 1.00 和風だし 0.50 中ざら糖 1.20 サラダ油 0.50 焼き麩(白玉麩) 1.00 カットわかめ 0.50 木綿豆腐 20.00 えのきたけ 8.00 ねぎ 5.00 うすくちしょうゆ 4.00 食塩 0.11 かつおだし 2.00 のり佃煮 8.00	牛乳 206.00 食パン 55.00 豚肉 15.00 おろしにんにく 0.10 大豆水煮 35.00 じゃがいも 20.00 玉ねぎ 50.00 にんじん 20.00 トマトピューレ 15.00 ケチャップ 8.00 ハヤシルウ 3.00 りんごピューレ 5.00 こいくちしょうゆ 1.80 食塩 0.10 ごしょう 0.02 三温糖 2.00 スープストック 1.00 サラダ油 0.50 アンサンブルエッグ 40.00 キャベツ 30.00 カットわかめ 0.50 きゅうり 15.00 ホールコーン 10.00 野菜和風ドレッシング 5.00 ブラック&ホワイト 11.00 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 ヨーグルト 70.00	牛乳 206.00 アルファ化米 50.00 精麦 5.00 鶏肉 15.00 にんじん 15.00 米ひじき 1.50 油揚げ 5.00 酒 1.00 こいくちしょうゆ 4.80 中ざら糖 2.00 みりん 0.50 和風だし 1.00 サラダ油 1.00 ししゃも 40.00 薄力粉 4.00 米粉 4.00 あおのり 0.17 水 14.00 大豆白絞油 5.00 本綿豆腐 20.00 油揚げ 5.00 ごぼう 5.00 だいこん 20.00 にんじん 10.00 さといも 12.00 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 ヨーグルト 70.00	牛乳 206.00 精白米 70.00 精麦 7.00 ぶり 50.00 こいくちしょうゆ 2.50 しろしょうゆ 2.50 みりん 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 15.00 じゃがいも 10.00 だいこん 15.00 ごぼう 10.00 にんじん 10.00 こんにゃく 5.00 ねぎ 5.00 赤みそ 8.00 いりこだし 2.00 味付けのり 2.00	牛乳 206.00 蒸し中華めん 160.00 精白米 80.00 焼き豚 15.00 ホールコーン 10.00 にんじん 15.00 もやし 15.00 ねぎ 7.00 おろしにんにく 0.20 おろし生姜 0.20 食塩 0.02 ごしょう 0.02 ウエイパー 1.50 ホールコーン 4.00 サラダ油 0.25 豚肉 40.00 キャベツ 40.00 ピーマン 5.00 サラダ油 0.50 赤みそ 3.00 三温糖 2.00 酒 1.50 こいくちしょうゆ 0.90 おろしにんにく 0.20 トウバンジャン 0.10 ごま油 0.10 かたくり粉 0.50 杏仁豆腐 30.00 黄桃チャック 20.00 バインチャック 20.00	牛乳 206.00 精白米 80.00 鶏肉 50.00 おろし生姜 0.50 おろしにんにく 0.50 三温糖 6.50 酒 2.50 かたくり粉 10.00 大豆白絞油 2.00 じゃがいも 35.00 玉ねぎ 30.00 酒 2.00 みりん 1.00 ごま油 0.80 鶏肉 15.00 じゃがいも 35.00 玉ねぎ 30.00 酒 2.00 みりん 1.00 ごま油 0.80 ホールコーン 5.00 食塩 0.10 ごしょう 0.01 牛乳 30.00 薄力粉 4.00 マーガリン 4.00 サラダ油 0.50 ハム 5.00 キャベツ 35.00 ピーマン 5.00 食塩 0.10 ごしょう 0.01 スープストック 0.20 サラダ油 0.20 デコボン 40.00 わかめふりかけ 2.50	牛乳 206.00 精白米 50.00 精麦 5.00 牛ひき肉 15.00 れんこん 15.00 玉ねぎ 10.00 えだまめ 5.00 おろしにんにく 0.40 こいくちしょうゆ 4.00 三温糖 2.00 酒 2.00 みりん 1.00 ごま油 0.80 豚肉 40.00 おろしにんにく 0.30 玉ねぎ 20.00 ねぎ 8.00 こいくちしょうゆ 2.80 コチュジャン 0.03 酒 2.00 みりん 1.00 三温糖 1.44 ごま油 0.50 はるさめ 5.00 にんじん 10.00 きくらげ 0.50 チンゲン菜 15.00 鶏ガラスープ 1.00 食塩 0.25 ごしょう 0.02 こいくちしょうゆ 2.00 トウバンジャン 0.10 お米de国産もものタルト 35.00		
和	591	779	595	698	626	613	600	714	676	654	
日(曜)	16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	23(月)	24(火)				
献立	牛乳 麦ごはん ポークカレー ツナサラダ 福神漬 乳酸菌飲料	牛乳 うどん わかめうどんの汁 わかさぎフリッター キャベツと厚揚げの煮びたし	牛乳 白ごはん 麻婆豆腐 揚げぎょうざ パンサンスー	牛乳 黒パン さけのマヨネーズ焼き 春野菜のサラダ ぎょうざ パンサンスー いちごゼリー	春分の日	牛乳 赤飯 えびフライ 小松菜のおひたし 湯葉とわかめのすまし汁 卒業祝いデザート	牛乳 ソフト麺 ミートソース フライビーンズ 大根サラダ				
献立の材料	牛乳 206.00 精白米 70.00 精麦 7.00 豚肉 20.00 じゃがいも 40.00 玉ねぎ 40.00 にんじん 15.00 ケチャップ 2.00 りんごピューレ 5.00 ウスターソース 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 ごしょう 0.02 おろしにんにく 0.20 おろし生姜 0.20 サラダ油 0.50 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 12.00 クラス用マヨネーズ 5.00 福神漬 10.00 ジョア 80.00	牛乳 206.00 うどん 70.00 鶏肉 15.00 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 ねぎ 5.00 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 わかさぎフリッター 30.00 大豆白絞油 5.00 キャベツ 35.00 冷凍厚揚げ(県産大豆) 24.00 ほんしめじ 10.00 うすくちしょうゆ 1.80 三温糖 0.60 みりん 0.55 和風だし 0.34	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 おろしにんにく 0.25 トウバンジャン 0.11 ねぎ 10.00 テンメンジャン 3.70 三温糖 1.57 酒 2.00 こいくちしょうゆ 5.60 鶏ガラスープ 0.56 水 45.00 ごま油 0.30 かたくり粉 1.70 にら 5.00 サラダ油 0.50 ぎょうざ 34.00 大豆白絞油 3.50 マロニー 5.00 きゅうり 15.00 にんじん 10.00 ごま油 0.40 三温糖 2.40 うすくちしょうゆ 3.00 米酢 1.50 食塩 0.10	牛乳 206.00 黒パン 55.00 さけ 40.00 食塩 0.10 ごしょう 0.01 白ワイン 1.00 玉ねぎ 8.00 調理用マヨネーズ 8.00 紙カップ 1.00 キャベツ 35.00 にんじん 8.00 きゅうり 10.00 野菜和風ドレッシング 7.00 ベーコン 10.00 ポテトペースト 30.00 玉ねぎ 40.00 食塩 0.45 スープストック 1.00 牛乳 20.00 コーンスターチ 2.00 パセリ 0.20 いちごゼリー 50.00	春分の日	牛乳 206.00 赤飯 80.00 エビフライ 50.00 大豆白絞油 5.00 タルタルソース 8.00 ごまつな 15.00 もやし 35.00 花かつお 1.00 こいくちしょうゆ 2.00 湯葉 7.00 カットわかめ 0.30 にんじん 10.00 みつば 4.00 ほんしめじ 8.00 しろしょうゆ 4.00 食塩 0.25 かつおだし 2.00 お祝いクレープ 35.00	牛乳 206.00 ソフト麺 80.00 豚ひき肉 25.00 おろしにんにく 0.10 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 トマトピューレ 20.00 ダイストマト 10.00 食塩 0.48 ごしょう 0.02 ウスターソース 4.00 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 0.50 大豆 35.00 かたくり粉 2.60 大豆白絞油 3.00 食塩 0.08 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				
和	679	600	707	658		719	699				

※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。