



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"/> 食事のじゅんぴ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

9年間の学校給食ともお別れですね。およそ1800食の献立の中で思い出に残る給食はありましたか？調理センターでは、みなさんが健康な心と体を育めるように、安全でおいしい給食を目指して、毎日調理に励んできました。みなさんに、給食を通して、食の楽しさ、大切さを伝えられたのなら、とてもうれしいです。
これからは、自分で弁当や食事を作る機会も多くなると思いますが、時には給食の味を思い出して、ぜひ作ってみましょう。「健康な心と体は食事から」です。



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) 中学校卒業祝い	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 卒業祝いデザート 春のかすみ汁 赤飯	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	
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 シナモンパン クリームシチュー	徳田ねぎ入りプルコギ もも桃のタルト 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 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 麻婆豆腐 白ごはん	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	
23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	<div style="border: 2px solid green; padding: 10px;"> <h3>ねぎっちょのおすすめ “ぎふ野さい”</h3> <p>【今月の“ぎふ野さい”】(予定)</p> <ul style="list-style-type: none"> * 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) </div>
小松菜ともやしのおひたし エビフライ ひじきふりかけ 湯葉とわかめのすまし汁 麦ごはん	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	青のりポテト 白菜の塩昆布和え 牛丼の具 白ごはん		

令和7年度 3月給食材料明細表(中学校)

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 赤飯 トンカツ ほうれん草のおかかあえ 春のかすみ汁 卒業お祝いデザート	牛乳 クロワッサン イタリアンスパゲティ 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	卒業式	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 昆たたくさん味噌汁 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 赤飯 100.00 トンカツ 60.00 大豆白絞油 6.35 とんかつソース 6.35 ほうれん草 38.10 もやし 25.40 こいくちしょうゆ 2.07 みりん 1.04 和風だし 0.35 花かつお 0.58 糸かまぼこ 12.70 ちらしかまぼこ 6.35 にんじん 12.70 みつば 3.81 干し椎茸 0.64 しろしょうゆ 5.08 食塩 0.29 かつおだし 2.54 お祝いクレープ 35.00	牛乳 206.00 クロワッサン 65.00 ゆでスパゲッティ 95.25 ベーコン 19.05 玉ねぎ 38.10 にんじん 25.40 ピーマン 6.35 マッシュルーム 7.62 ケチャップ 21.84 ウスターソース 2.92 スープストック 0.76 食塩 0.44 こしょう 0.03 三温糖 0.15 サラダ油 0.64 フランクフルト 40.00 ケチャップ 6.35 ウスターソース 3.18 三温糖 1.91 キャベツ 25.40 れんこん 19.05 きゅうり 12.70 にんじん 6.35 香りとまドレッシング 12.70 菱形三色ゼリー 60.00	牛乳 206.00 精白米 100.00 さわら 50.00 西京みそ 7.62 みりん 2.29 酒 1.52 紙カップ 1.00 鶏肉 19.05 酒 0.64 にんじん 12.70 ごぼう 12.70 れんこん 25.40 こんにゃく 12.70 干し椎茸 0.25 こいくちしょうゆ 2.30 みりん 1.27 和風だし 0.64 中ざら糖 1.52 サラダ油 0.64 焼き麩(白玉麩) 1.27 カットわかめ 0.64 木綿豆腐 25.60 えのきたけ 10.24 ねぎ 6.40 うすくちしょうゆ 5.12 食塩 0.14 かつおだし 2.56 のり佃煮 8.00	牛乳 206.00 食パン 75.00 豚肉 19.05 おろしにんにく 0.13 大豆水煮 44.45 じゃがいも 25.40 玉ねぎ 63.50 にんじん 24.70 トマトピューレ 19.05 ケチャップ 10.16 ハヤシルー 3.81 りんごピューレ 6.35 こいくちしょうゆ 2.28 食塩 0.12 こしょう 0.03 三温糖 2.54 スープストック 1.27 サラダ油 0.63 アンサンブルエッグ 50.00 キャベツ 38.10 カットわかめ 0.64 きゅうり 19.05 ホールコーン 12.70 野菜和風ドレッシング 6.35 ブラック&ホワイト 11.00	卒業式	牛乳 206.00 精白米 70.00 精麦 7.00 ぶり 60.00 こいくちしょうゆ 3.18 しろしょうゆ 3.18 みりん 6.35 ほうれん草 19.05 もやし 44.45 花かつお 1.27 こいくちしょうゆ 2.54 豚肉 19.05 じゃがいも 12.70 だいこん 19.05 ごぼう 11.50 にんじん 12.70 こんにゃく 6.35 ねぎ 6.35 赤みそ 10.16 いりこだし 2.30 味付けのり 2.00	牛乳 206.00 蒸し中華めん 200.00 焼き豚 19.05 ホールコーン 12.70 にんじん 19.05 もやし 19.05 ねぎ 8.89 おろしにんにく 0.25 おろし生姜 0.25 食塩 0.25 こしょう 0.03 ウェイパー 1.91 こいくちしょうゆ 4.60 サラダ油 0.29 豚肉 19.05 じゃがいも 12.70 だいこん 19.05 ごぼう 11.50 にんじん 12.70 こんにゃく 6.35 赤みそ 3.81 三温糖 2.54 酒 1.91 こいくちしょうゆ 1.14 おろしにんにく 0.25 トウバンジャン 0.13 ごま油 0.13 かたくり粉 0.64 杏仁豆腐 38.40 黄桃チャック 25.60 バインチャック 25.60	牛乳 206.00 精白米 100.00 鶏肉 60.00 おろし生姜 0.64 おろしにんにく 0.64 三温糖 8.26 酒 3.18 かたくり粉 12.70 大豆白絞油 2.30 じゃがいも 44.45 きゅうり 19.05 ホールコーン 6.35 食塩 0.13 こしょう 0.01 クラム用マヨネーズ 5.75 薄力粉 5.12 ピーマン 5.12 サラダ油 0.64 ハム 5.75 キャベツ 44.45 ピーマン 6.35 食塩 0.12 こしょう 0.01 スープストック 0.25 サラダ油 0.23 デコボン 40.00 わかめふりかけ 2.50	牛乳 206.00 テーブルロールパン 44.00 小型パン 30.00 大豆白絞油 5.75 シナモン 0.38 三温糖 8.26 鶏肉 19.05 じゃがいも 44.80 玉ねぎ 38.40 酒 2.54 みりん 1.27 ごま油 1.02 薄力粉 5.12 マーガリン 5.12 サラダ油 0.64 ハム 5.75 キャベツ 44.45 ピーマン 6.35 食塩 0.12 こしょう 0.01 スープストック 0.25 サラダ油 0.23 ひとくちチーズ 30.00	牛乳 206.00 アルファ化米 64.00 精麦 5.75 牛ひき肉 19.05 れんこん 19.05 玉ねぎ 12.70 えだまめ 6.35 おろしにんにく 0.51 こいくちしょうゆ 5.08 三温糖 2.54 酒 2.54 みりん 1.27 ごま油 1.02 おろしにんにく 0.38 おろしにんにく 25.40 ねぎ 10.16 こいくちしょうゆ 3.56 コチュジャン 0.04 酒 2.54 みりん 1.27 三温糖 1.83 ごま油 0.64 ハム 15.24 はるさめ 6.40 にんじん 12.80 きくらげ 0.64 チンゲン菜 19.20 鶏ガラスープ 1.28 食塩 0.32 こしょう 0.03 こいくちしょうゆ 2.56 トウバンジャン 0.13 お米de国産もものタルト 35.00	
和	799	916	712	854		775	722	837	780	770	
日(曜)	16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	23(月)	24(火)	25(水)			
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 ポテトポタージュ いちごゼリー	春分の日	牛乳 麦ごはん えびフライ 小松菜のおひたし 湯葉とわかめのすまし汁 ひじきふりかけ	牛乳 ソフト麺 ミートソース フライビーンズ 大根サラダ	牛乳 白ごはん 牛丼の具 青のりポテト 白菜の塩昆布あえ			
献立の材料	牛乳 206.00 精白米 70.00 精麦 7.00 豚肉 25.40 じゃがいも 46.00 玉ねぎ 46.00 にんじん 17.25 ケチャップ 2.54 りんごピューレ 6.35 ウスターソース 2.30 カレーフレーク 17.78 ロイヤルマサラ 0.03 フルーツチャップネ 1.27 食塩 0.06 こしょう 0.03 おろしにんにく 0.25 おろし生姜 0.23 サラダ油 0.64 キャベツ 31.75 きゅうり 12.70 ホールコーン 19.05 まぐろオイル漬サラダ用 15.24 クラム用マヨネーズ 6.35 福神漬 11.50 ジョア 80.00	牛乳 206.00 うどん 100.00 鶏肉 19.05 カットわかめ 0.58 干し椎茸 0.58 なると 9.20 にんじん 11.50 ねぎ 5.75 しろしょうゆ 6.90 みりん 2.30 酒 2.30 食塩 0.29 かつおだし 2.30 わかさぎフリッター 40.00 大豆白絞油 6.35 キャベツ 44.45 冷凍厚揚げ(県産大豆) 30.48 ほんしめじ 12.70 うすくちしょうゆ 2.29 三温糖 0.76 みりん 0.70 和風だし 0.43	牛乳 206.00 精白米 100.00 冷凍豆腐 103.50 豚ひき肉 23.00 サラダ油 0.58 おろし生姜 0.29 おろしにんにく 0.29 トウバンジャン 0.13 ねぎ 11.50 テンメンジャン 4.26 三温糖 1.81 酒 2.30 こいくちしょうゆ 6.44 鶏ガラスープ 0.64 水 51.75 ごま油 0.35 かたくり粉 1.96 にら 5.75 サラダ油 0.58 ぎょうざ 51.00 大豆白絞油 5.00 マロニー 6.35 きゅうり 17.25 にんじん 12.70 ごま油 0.51 三温糖 3.05 うすくちしょうゆ 3.81 米酢 1.91 食塩 0.13	牛乳 206.00 黒パン 75.00 さけ 50.00 食塩 0.12 こしょう 0.01 白ワイン 1.15 玉ねぎ 10.16 調理用マヨネーズ 10.16 紙カップ 1.00 キャベツ 44.45 にんじん 10.16 きゅうり 11.50 野菜和風ドレッシング 8.89 ベーコン 12.70 ポテトペースト 34.50 玉ねぎ 46.00 食塩 0.57 スープストック 1.27 牛乳 23.00 コーンスターチ 2.30 パセリ 0.25 いちごゼリー 50.00	春分の日	牛乳 206.00 精白米 70.00 精麦 7.00 エビフライ 60.00 大豆白絞油 6.35 タルタルソース 8.00 こまつな 19.05 もやし 44.45 花かつお 1.27 こいくちしょうゆ 2.54 湯葉 8.89 カットわかめ 0.38 にんじん 12.70 みつば 5.08 ほんしめじ 10.16 しろしょうゆ 5.08 食塩 0.29 かつおだし 2.54 ひじきふりかけ 1.30	牛乳 206.00 ソフト麺 115.00 豚ひき肉 31.75 おろしにんにく 0.13 赤ワイン 1.15 玉ねぎ 57.50 にんじん 17.25 マッシュルーム 5.75 ケチャップ 11.50 トマトピューレ 23.00 ダイストマト 11.50 食塩 0.61 こしょう 0.02 ウスターソース 4.60 中ざら糖 1.73 デミグラスソース 3.45 薄力粉 5.08 マーガリン 5.08 サラダ油 0.58 大豆 44.45 かたくり粉 3.30 大豆白絞油 3.81 食塩 0.10 だいこん 34.50 きゅうり 23.00 ホールコーン 5.75 青じそドレッシング 9.20	牛乳 206.00 精白米 100.00 牛肉 38.10 玉ねぎ 50.80 かまぼこ 12.70 糸こんにゃく 31.75 ねぎ 19.05 こいくちしょうゆ 6.90 三温糖 3.18 みりん 1.27 酒 1.15 和風だし 1.15 サラダ油 0.58 フライドポテト 60.00 あおのり 0.19 食塩 0.13 サラダ油 4.00 はくさい 44.45 きゅうり 19.05 食塩 0.08 塩昆布 1.15 ごま油 0.25			
和	857	770	858	809		785	887	806			

※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。