

令和6年度



11月 給食献立表

各務原市立川島中学校

学校給食では、『学校給食地産地消推進事業』により県・市町村・JAグループの一部助成を受けています。

○物資の都合等により、献立を一部変更することがあります。

1日(金)

ブルーベリーゼリー

ホキフライ

チキンライス キャベツのカレースープ

<p>4日(月)</p> <p>振替休日</p>	<p>5日(火)</p> <p>みかん まいたけ豚丼の具</p> <p>ゆかり和え</p> <p>麦ごはん 湯葉のすまし汁</p>	<p>6日(水)</p> <p>ひじきサラダ</p> <p>厚焼き玉子</p> <p>小型レーズンパン 焼きそば</p>	<p>7日(木)</p> <p>鱈の照り焼き</p> <p>ほうれん草としめじの煮浸し</p> <p>麦ごはん 大根の味噌汁</p>	<p>8日(金)</p> <p>味付けのり</p> <p>酢豚</p> <p>麦ごはん もずくスープ</p>
<p>11日(月)</p> <p>振替休日</p>	<p>12日(火)</p> <p>りんご 焼肉</p> <p>炒めナムル</p> <p>麦ごはん わかめスープ</p>	<p>13日(水)</p> <p>切干大根の煮物</p> <p>大豆と小魚の揚げ煮</p> <p>ソフト麺 肉味噌ソース</p>	<p>14日(木)</p> <p>柿 鶏肉の郡上味噌焼き</p> <p>じゃが芋の旨煮</p> <p>麦ごはん かき玉汁</p>	<p>15日(金)</p> <p>ヨーグルト 鯖の竜田揚げ</p> <p>金魚飯 豚汁</p>
<p>18日(月)</p> <p>ビーンズサラダ</p> <p>いかのハーブ焼き</p> <p>米粉入りコッパン キャロットポタージュ</p>	<p>19日(火)</p> <p>オレンジ 豚キムチ</p> <p>塩昆布和え</p> <p>麦ごはん トックスープ</p>	<p>20日(水)</p> <p>小松菜のおかか和え</p> <p>大学芋</p> <p>うどん麺 カレーうどんの汁</p>	<p>21日(木)</p> <p>鮭のちゃんちゃん焼き</p> <p>ひじきの炒め煮</p> <p>麦ごはん きのご汁</p>	<p>22日(金)</p> <p>三色鶏そぼろ</p> <p>大根と厚揚げの煮物</p> <p>麦ごはん 白菜の味噌汁</p>
<p>25日(月)</p> <p>人参サラダ</p> <p>れんこんチップス</p> <p>食パン ポトフ</p>	<p>26日(火)</p> <p>鶏肉と人参の揚げ煮</p> <p>じゃがいものきんぴら</p> <p>麦ごはん 麩のすまし汁</p>	<p>27日(水)</p> <p>ちんげん菜の中華炒め</p> <p>ポイルウィンナー</p> <p>キャロット蒸しパン ちゃんぽん</p>	<p>28日(木)</p> <p>キャベツのソテー</p> <p>福神漬</p> <p>麦ごはん 各務原人参カレー</p>	<p>29日(金)</p> <p>みかんゼリー 豚肉のごま揚げ</p> <p>さつま芋ごはん けんちん汁</p>

和食のよさを知ろう

和食は世界に誇れる日本の食文化です。和食のよさを知り、伝統を受け継いでいきましょう。

【新鮮で多様な食材と

素材の味わいをいかす調理】

日本は南北に長く、海や山からたくさんの種類の新鮮な食材がとれます。

和食の4つの特徴

【栄養バランスのとれた食事】

ごはんを中心とした一汁三菜は理想的な栄養バランスです。だしの旨味をいかすことで、うす味でおいしく味わえます。

【年中行事との関わり】

正月には餅つきやおせち、大晦日には年越しそばなど、食事と年中行事が深く関わっています。



【自然の美しさや四季を表現】

季節の花や葉を料理に使用したり季節にあった器を利用したりすることで、自然の美しさや四季の移り変わりを表現しています。

つた にほん あじ
伝えよう日本の味
いにめさい
《新嘗祭》

11月23日勤労感謝の日は、もともと「新嘗祭」という、農産物の収穫をお祝いし、感謝するお祭りが行われた日でした。食べ物の命と、食べ物を作ってくれる人、おいしく料理してくれる人、食にたずさわるすべての人に感謝の気持ちを忘れずに、よく味わっていただきます。

【和食の基本「だし」】

「うま味」とは、甘味、酸味、塩味、苦みなどと並ぶ五味の一つで、日本で発見されたものです。和食はこのうま味を作り出す「だし」を大切にしています。かつお節や昆布からとるだしには何とも言えないおいしさがあります。このうま味をうまく使って、素材の味をいかしたおいしさを作り出しています。



11月24日は、各務原にんじんの日



11月24日は「いいにんじん」の語呂合わせて、「各務原にんじんの日」です。「各務原にんじんの日」にちなんで給食では、にんじんを使ったメニューをいろいろ取り入れています。私たちの郷土の自慢、各務原にんじんをおいしくいただきます。