

令和7年度

4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。 〇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。	8日(火)お祝い献立 お祝いゼリー 鶏肉のから揚げ 小松菜ともやしのおかか和え 麦ごはん 春のすまし汁	9日(水) 新じゃがの旨煮 ちくわの磯辺揚げ うどん麺 わかめうどんの汁	10日(木) 鯖の塩焼き ひじきの炒め煮 麦ごはん 新玉ねぎの味噌汁	11日(金) 木の芽田楽 切干大根とツナの煮物 麦ごはん 白玉麩のすまし汁
14日(月) 野菜サラダ ハンバーグ 食パン コンソメスープ	15日(火) もやしのソテー 福神漬け 麦ごはん ポークカレー	16日(水) フルーツのゼリー和え ウインナー 小型パン 焼きそば	17日(木)いい歯の日 鯖の若草焼き 小松菜の煮浸し 麦ごはん 春キャベツの味噌汁	18日(金)食育の日 ヨーグルト 鶏肉のごま揚げ 春野菜の五目ご飯 春のかずみ汁
21日(月) アスパラソテー いかのハーブ焼き コッペパン チキンビーンズ	22日(火) 豚肉のレモンだれ じゃがいもの金平 麦ごはん 豆腐のすまし汁	23日(水) 海藻サラダ ココアビーンズ ソフト麺 ミートソース	24日(木) 鮭の高麗焼き 韓国風肉じゃが 麦ごはん わかめスープ	25日(金) 厚揚げの肉味噌かけ ゆかり和え 麦ごはん 沢煮焼
28日(月) ビーンズサラダ 白身魚のフライ 黒コッペパン コーンポタージュ	29日(火) 昭和の日	30日(水) ちんげん菜の中華炒め 揚げぎょうざ ラーメン しょうゆラーメンのスープ	作ってみよう！給食レシピ 木の芽でんがく 【材料】4人分 酒 適宜 こんにやく 1枚 さんしょう 少々 さといも 320g 和風だし 少々 はんぺん 4枚 赤みそ 大さじ2 さとう 大さじ1と1/2 みりん 大さじ1 【作り方】 ①里芋を一口大に切る。 ②こんにやくを三角に切る。 ③①と②を茹でる。 ④田楽のみそを作る。 ⑤アルミカップに材料を入れて、みそをかけて焼く。	



ご入学・ご進級おめでとうございます。



＜学校給食の内容＞

主食 米飯：岐阜県産のお米を使い、大麦を10%混ぜて炊いてあります。

パン：岐阜県産の小麦粉を50%使用しています。

麺：岐阜県産の小麦粉を100%使用した「うどん」と50%使用した「ソフト麺」、その他に「中華麺」「スパゲッティ」「焼きそば」などがあります。

牛乳 日本人に不足しがちなカルシウムを補給します。毎日200mlが1本つきます。

副食 旬の食材を取り入れ、和・洋・中華などいろいろな料理を作ります。

バラエティーに富んだ献立を提供します。



伝えよう日本の味

《日本型食生活》

「日本型食生活」とは、お米を中心にして、魚・肉・大豆・海藻・野菜・いも・果物など、さまざまな食品を組み合わせた食事を日常的にすることです。「主食」「主菜」「副菜」「汁物」をそろえると栄養バランスが整いやすくなります。「日本型食生活」は、日本人の平均寿命が長い理由とも言われています。「日本型食生活」を意識して、健康的な食生活を送りましょう。

学校給食の目標のポイント

①適切な栄養の摂取による健康の保持増進。



②食事について正しい理解を深め、健全な食生活を育む判断力や望ましい食習慣を養う。



③明るい社会性と協同の精神を養う。



④自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境保全に寄与する態度を養う。



⑥伝統的な食文化を理解する。



⑦食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。

