

給食献立表

家族そろって食事をする時間を



みなさんの家庭では、家族そろって食卓を囲んでいますか？ 毎日、いつもの食卓で心を通わせながら食べると、互いの心や体の調子を知ることができます。そのほか、食事のマナーが自然と身についたり、親子間でのコミュニケーションの時間が増えたりします。一方で、一人で食べる「孤食」をしていると、食事のマナーがおろそかになったり、ながら食べになったりしがちです。家庭での食事の時間をふり返り、家族でおいしさを共有する時間を大切にしてみませんか。

1日 ひな祭り献立
三色団子

タイの塩焼き

ちらし寿司 手巻きのみ 春のかすみ汁

4日 ミルメーク

ごぼうサラダ

イカのマリナードかけ

ツイストパン

ミネストローネ

5日 デコボン

ひじきのみそ炒め

竹輪の磯辺揚げ

麦ごはん

かにすき

6日 チンゲン菜のサラダ

厚焼き卵・シナモンパン

一食中華麺

みそラーメンのつゆ

7日 卒業お祝い献立
お祝いクレープ

筑前煮

とんかつ

赤飯

ごま塩

ふのすまし汁

8日 卒業証書授与式

11日

ビーンズサラダ

ポテトのチーズ焼き

米粉食パン

ベリージャム

野菜スープ

12日 パイン

ゆかりあえ

サバの塩焼き

麦ごはん

みそおでん

13日

コーンもやし

黒糖蒸しパン

ソフト麺

中華あんかけ

14日 チョコプリン

小松菜のおかかあえ

三色とりそば

麦ごはん

きのこ汁

15日 野菜ゼリー

豚肉のごま揚げ

ひじきごはん

根菜のみそ汁

18日

イタリアンサラダ

ハンバーグ

パーストパン

スライスチーズ

ポトフ

19日 食育の日
りんご

岐阜ほうれん草のナムル

焼肉

麦ごはん

キムチスープ

20日 春分の日

21日 いちご

ブロッコリーサラダ

キーマカレー

ナン

マカロニスープ

22日 メープルマフィン

野菜のうま煮

かぼちゃのひき肉フライ

麦ごはん

わかめふりかけ

湯葉のすまし汁

25日 ヨーグルト

白身魚フライ

チキンライス

麦入りキャベツスープ

26日 修了式

ごはんでは栄養バランスをアップ!!

ごはんの主成分は、体や脳のエネルギーとなる炭水化物です。また、良質のたんぱく質や脂質、亜鉛、ビタミンB1などを含んでいます。ごはんは味が淡白なため、いろいろな料理に合います。ごはんを中心にして、和食、洋食、中華などのバラエティーに富んだ食事を楽しみましょう。

学校給食に用いられる岐阜県産農産物には、JAグループ、市町村、県による助成が行われています。「学校給食地産地消推進事業」は学校給食において岐阜県産農産物を積極的に活用することを通じて、学童期からの食農教育を推進することを目的としています。