

3月のよていにんだてひょう



ご卒業おめでとうございます

中学を卒業する3年生のみなさん、これからも健康が第一!!
 「鉄とカルシウム」を意識したバランスのよい食事と
 「早ね早おき朝ごはん」で元気いっぱい、夢に向かって力を発揮される
 ことを願っています。
 小学校6年生のみなさんは、6年間で体も心も大きくなりましたね。
 4月からは勉強や部活など中学校生活が待っています。
 朝昼夕の食事をしっかり食べて体調を整えて、よいスタートがきれる
 ようにしましょう。4月のみなさんの姿を楽しみにしています。

御嵩町
学校給食センター

学校給食で使われている岐阜県産農産物には「学校給食地産地消推進事業」により、岐阜県、御嵩町、JA中央会から一部補助を受けています。



★都合により、献立を変更することがあります。・◎印は学校配送・牛乳は毎日つきます。

月 2日	火 3日 ひな祭り献立	水 4日 伏見小学校希望献立	木 5日 中学卒業お祝い	金 6日 小学校のみ
ちくぜんに さけのいろどりやき むぎごはん かきたまじる 小637kcal 中809kcal	なばなサラダ (マヨネーズ) ひなあられ てまきのり さわらのてりやき ちらしずし 小597kcal 中740kcal	シューアイス (バニラ) ちゅうかサラダ (パンパンジードレ) アメリカン ドッグ ラーメン 小744kcal 中881kcal	おかかあえ おいわいケーキ (中学校) いちご (小学校) ぶたヒレかつ 2こ おせきはん すましじる 小600kcal 中802kcal	きゃべつサラダ (やさしいっぱいドレ) めばるの こうそうやき くろパン クリームシチュー 小646kcal
9日	10日 鉄カルメニュー	11日	12日	13日 図書献立
おひたし ◎いよかん そばろごはんのぐ むぎごはん きりぼしの みそしる 小640kcal 中809kcal	やさいサラダ (あおじそドレ) だいずのかりんとう むぎごはん おやこに (こうやどうふいり) 小670kcal 中778kcal	たくあんあえ いわしのごまだれ むぎごはん だいこんじる 小629kcal 中778kcal	きりぼしだいこんの チャブチェ ◎りんご ぎょうざのあますあん (小2こ 中3こ) むぎごはん ちゅうかスープ 小640kcal 中829kcal	ごぼうサラダ (かおりごまだレ) こまったさんの グラタン アルファベット スープ はいがパン 小660kcal 中834kcal
16日	17日	18日 共和中希望献立	19日 鉄カルメニュー	20日
わかめサラダ (あおじそドレ) やさしいっぱいの やきにく むぎごはん たまごスープ 小605kcal 中773kcal	きりぼしの ハリハリづけ さばのみそかけ むぎごはん けんちんじる 小623kcal 中785kcal	きんぴらごぼう ◎ミルク ゼリー とりにくの からあげ (小2こ 中3こ) ごもごはん 小703kcal 中854kcal	こまつなサラダ (パンパンジードレ) ◎でこぼん ドライカレー(だいずいり) むぎごはん やさいスープ 小661kcal 中841kcal	しゅんぶん ひ 春分の日
23日(月)	24日(火) 小学卒業お祝い	25日(水) 中学校のみ	13日 図書献立「こまったさんのグラタン」	
ひじきサラダ (かおりごまだレ) あげどうふのにくみそかけ むぎごはん よしのじる 小614kcal 中810kcal	おいわいケーキ◎ (小学校) ◎いちご(中学校) ゆかり ふりかけ とりとごぼうのあまから むぎごはん はるのすましじる 小740kcal 中808kcal	きゃべつサラダ (やさしいっぱいドレ) めばるの こうそうやき くろパン クリームシチュー 中813kcal	あるひ、こまったさんとヤマさんは、小さくなって鉄道もけいの列車に乗ってしまいます。食堂車では、お客さんがいろんなグラタンを注文するので、おいそがし!! こまったさんとヤマさんが協力しておいしいグラタンを作ります。 	

御嵩町学校給食センター

17日(火)		18日(水)		19日(木)		23日(月)		24日(火)		25日(水)		3月の加工食品・添加物							
けんちん汁		五豆ごはん		野菜スープ		よしの汁		澄まし汁春		クリームシチュー 上新粉		3日(水)		4日(木)		5日(金)・24日(水)		6日(土)・25日(木)	
												ひなめあられ		シェーアイス・パンナ		お祝ケーキ		お祝ケーキ・乳脂牛便	
里芋	18	アルファ化米	62	たまねぎ	30	里芋	20	冷凍豆腐	15	じゃがいも	30	うるち米	全卵	乳	豆乳	豆乳	豆乳	豆乳	豆乳
油あげ	2	水	0	とうもろこし・ホ	12	油あげ	3	菜の花	10	たまねぎ	40	砂糖	ファットブレッド	砂糖	砂糖	砂糖	砂糖	砂糖	砂糖
だいこん・根・皮	20	にんじん・皮つ	15	にんじん・皮つ	15	だいこん・根・皮	25	だいこん・根・皮	15	にんじん・皮つ	10	砂糖	ファットブレッド	砂糖	砂糖	砂糖	砂糖	砂糖	砂糖
にんじん・皮つ	7	ごぼう (ささがき)	10	じゃがいも	25	えのきたけ	5	にんじん・皮つ	5	とうもろこし・ホ	10	卵白	小麦粉	鶏卵	加工油脂	加工油脂	加工油脂	加工油脂	加工油脂
ごぼう	10	鶏もも皮つき	15	ベーコン(豚)	8	冷凍豆腐	20	糸かまぼ	8	ベーコン(豚)	10	でんぶ	卵白	小麦粉	米粉	米粉	米粉	米粉	米粉
冷凍豆腐	15	にんじん・五	15	パセリ・乾	0.05	フレーク節	1.5	フレーク節	2	上新粉	3	液卵白	食塩	液卵白	水あめ	水あめ	水あめ	水あめ	水あめ
ねぎ	5	しめじ(ほんしめ)	10	チキンコンソメ	0.8	しょうゆ(こいく)	3.8	和風だし	0.5	サラダ油	0.4	ほうれん草パウダー	水	水あめ	植物油	植物油	植物油	植物油	植物油
フレーク節	1.5	干しいたけ	1	塩(並塩)	0.3	和風だし	0.5	しょうゆ(うすく)	3	牛乳(調理解)	40	食塩	乳製品	粉末油脂	イチゴピューレー	イチゴピューレー	イチゴピューレー	イチゴピューレー	イチゴピューレー
しょうゆ(こいく)	4	サラダ油	1	こしょう(白)	0.01	塩(並塩)	0.2	塩(並塩)	0.1	チキンコンメ	1.5	パプリカパウダー	異性化液糖	イチゴピューレー	調整豆乳粉末	調整豆乳粉末	調整豆乳粉末	調整豆乳粉末	調整豆乳粉末
和風だし	0.6	酒	1.5	ドライカレー(大豆入)	酒	酒	1	鶏肉とごぼうの甘辛	3	ダイスチーズ	3	昆布	ショートニング	砂糖	砂糖	砂糖	砂糖	砂糖	砂糖
塩(並塩)	0.3	和風だし	1	豚ひき肉	20	でんぶ	2	鶏もも皮つき(若)	35	こしょう(白)	0.02	青のり	砂糖	ショートニング	イチゴ果汁	イチゴ果汁	イチゴ果汁	イチゴ果汁	イチゴ果汁
豚のみそかけ②		三温糖	2	牛ひき肉	10	おろし生姜	0.1	鶏もも皮つき(若)	0.5	クリーム・乳脂	0.02		水あめ	水あめ	イチゴ濃縮果汁	粉砂糖	粉砂糖	粉砂糖	粉砂糖
さば	1切	しょうゆ(こいく)	6.5	サラダ油	0.8	揚げ豆腐の肉みそ	0.1	しょうゆ	0.5	パセリ・乾	0.07		乳糖	乳糖	トレハロース	発酵調味料	発酵調味料	発酵調味料	発酵調味料
おろし生姜	0.5	鶏唐あげ	0.4	おろし生姜	0.4	揚げ用冷凍豆	1	おろし生姜	0.2	塩(並塩)	0.4		マヨネーズ	マヨネーズ	デキストリン	加工でんぶ	加工でんぶ	加工でんぶ	加工でんぶ
しょうゆ(こいく)	1	鶏もも皮つき(若)	2	おろしにんにく	0.2	大豆油	3.2	でんぶ	4	のぼろの香辛焼	4	豚肉	乳化剤	乳化剤	加工でんぶ	トレハロース	トレハロース	トレハロース	トレハロース
塩(並塩)	1.5	しょうゆ(こいく)	2.7	ワイン(赤)	0.2	鶏むね皮つき	5	小麦粉・薄力粉	0.5	めばる	1切	食塩	香料	膨張剤	増粘剤	増粘剤	増粘剤	増粘剤	増粘剤
酒	0.2	おろし生姜	0.7	たまねぎ	40	ねぎ	2.2	大豆油	3	フワン(白)	1.5	砂糖	安定剤	安定剤	カゼインNA	乳化剤	乳化剤	乳化剤	乳化剤
豆みそ	4	おろしにんにく	0.2	にんじん・皮つ	10	豆みそ	5	ごぼう 斜め切	20	塩(並塩)	0.2	香辛料	膨張剤	膨張剤	増粘剤	増粘剤	増粘剤	増粘剤	増粘剤
三温糖	4.5	酒	0.7	セロリ	2.5	酒	2	でんぶ	4.5	こしょう(黒)	0.04		安定剤	安定剤	ヒタミC	安定剤	安定剤	安定剤	安定剤
酒	2	ごま油	0.35	塩(並塩)	0.4	みりん	2.2	小麦粉・薄力粉	1	しょうゆ(こいく)	0.8								
みりん(本みりん)	0.4	小麦粉・薄力粉	2	こしょう(白)	0.01	三温糖	5	三温糖	1.8	バジルホール	0.08								
水	2.5	でんぶ	5	三温糖	0.8	白すりごま	1.2	しょうゆ(こいく)	2.5	ガーリックパウダ	1								
切干大根のほりばり	2	洋風だし	2	洋風だし	0.6	ひじきサラダ	みりん(本みりん)	みりん(本みりん)	1	オリブ油	0.1								
切干し大根	2.2	きんぴらごぼう	30	オールスパイス	0.02	だいこん・根・皮	25	あのりの(素干し)											
千切肉たぐん	5	ごぼう(きんぴら)	30	キヤベツ	0.02	きゅうり	5	きゅうり	5	キヤベツ	32	小麦粉	生乳	生乳	PH調整剤	酸味料	酸味料	酸味料	酸味料
キヤベツ	15	にんじん・皮つ	7	ナツメグ	0.02	きゅうり	5	きゅうり	5	キヤベツ	32	砂糖	乳製品	乳製品	香料	香料	香料	香料	香料
にんじん・皮つ	5	つきこんにやく	15	ソース(ウスター)	3.5	ごま油	10	ごま油	10	キヤベツ	32	植物油	植物油	植物油	植物油	植物油	植物油	植物油	植物油
きゅうり	5	カットいんげん	5	ケチャップ 3k	3	ホルコン	5	ホルコン	5	キヤベツ	32	小麦でんぶ	砂糖	砂糖	デキストリン	デキストリン	デキストリン	デキストリン	デキストリン
酢・米酢	2	サラダ油	0.4	トマトピューレ	3	香辛料フレッシュ	5	にんじん・皮つ	7	野菜いっぱいド	5	食塩	水あめ	水あめ	乳糖	乳糖	乳糖	乳糖	乳糖
三温糖	2.5	しょうゆ(こいく)	2.7	大豆(国産) 乾	4	委託麦ご飯	白すりごま(炒り)	白すりごま(炒り)	1	黒パン	1	ベーキングパウダー	乳化剤	乳化剤	乳化剤	乳化剤	乳化剤	乳化剤	乳化剤
しょうゆ(こいく)	2	酒	1	でんぶ	0.7	精白米(強化米)	白すりごま	白すりごま	1	黒豆とうパン	1	カゼインNA(乳)	香料	香料	香料	香料	香料	香料	香料
ごま油	0.25	みりん(本みりん)	1	小松菜サラダ	1	おむぎ・米粉	1	しょうゆ(こいく)	2.8	普通牛乳	1本								
委託麦ご飯		和風だし	1	ごま油	20	普通牛乳	3	三温糖	0.6	牛乳(普通牛乳)	1本								
精白米(強化米)	1	三温糖	0.8	ホルコン	5	牛乳(普通牛乳)	1本	ゆかりうりかけ											
おむぎ・米粉	1	唐辛子(一味)	0.01	もやし(大豆)	25			お祝いケーキ(小学校)											
普通牛乳	1	すりごま	1	にんじん・皮つ	5			お祝ケーキ	40										
牛乳(普通牛乳)	1本	ごま油	0.3	梅々鶏ハッシュ	5			唐(中学)											
		ミルクゼリー		デコボン				いちご	2										
		ミルクゼリー	1	委託麦ご飯				委託麦ご飯											
		普通牛乳		普通牛乳				普通牛乳											

米・・・岐阜県 牛乳・・・岐阜県 パン、麺・・・岐阜県及び輸入小麦粉 青果類等・・・町内産、岐阜、愛知、長野、北海道、青森、徳島、九州等
食肉・・・岐阜 宮崎、徳島、オーストラリア等 魚介類・・・北海道、韓国、ノルウェー等