

3月のよでりにこんたひょう



そきょう ご卒業おめでとうございます

中学校を卒業する3年生のみなさん。これからも健康が第一!!

「鉢とカルシウム」を意識したバランスのよい食事と
「朝ね早起き朝ごはん」で元気いっぱい、夢に向かって力を發揮される
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生活が待っています。
朝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。 ◎印は学校配達・牛乳は毎日つきます。

月	火	水	木	金
2日	3日ひな祭り献立	4日伏見小学校希望献立	5日中学卒業お祝い	6日小学校のみ
ちくせんに さけのいどりやき むぎごはん かきたまじる	なばなサラダ ひなあられ てまきのり さわらの ちらしずし てまきのり さわらの ちらしずし	シューアイス ちゅうかサラダ アメリカン ドッグ ラーメン ラーメン	おかかえ おいわいケーキ いちご おせきはん すまじる	きやべつサラダ めばるの こうそうやき くるパン クリームシチュー
小637kcal 中809kcal	小597kcal 中740kcal	小744kcal 中881kcal	小600kcal 中802kcal	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 そぼろごはんのぐ むぎごはん きりぼしの みそしる	やさいサラダ だいすのかりんとう むぎごはん おやこに むぎごはん こうやどうふいり	たくあんえ いわしのごまだれ むぎごはん たいこんじる	きりばしらいこんの チャブチエ りんご ぎょうざのあますあん (小2c 中3c) むぎごはん ちゅうかスープ	ごぼうサラダ こまつさんの グラタン アルファベット はいがパン スープ
小640kcal 中809kcal	小670kcal 中78kcal	小629kcal 中778kcal	小640kcal 中829kcal	小660kcal 中834kcal
16日	17日	18日共和国希望献立	19日鉄カルメニュー	20日
わかめサラダ やさいいっぱいの やきにく むぎごはん たまごスープ	きりぼしの ハリハリづけ サバのみそかけ むぎごはん けんちんじる	きんぴらごぼう ミルク ゼリー とりにくの からあげ ゴもぐごはん	こまつなサラダ でこぽん ドライカレー(だいすいり) むぎごはん やさいスープ	しゅんぶん ひ 春分の日
小605kcal 中773kcal	小623kcal 中785kcal	小703kcal 中854kcal	小661kcal 中841kcal	
23日(月)	24日(火)小学校卒業お祝い	25日(水)中学校のみ	13日図書献立「こまつさんのグラタン」	
ひじきサラダ あげどうふのにくみそかけ むぎごはん よしのじる	おいわいケーキ いちご(中学校) ゆかり ふりかけ むぎごはん	もやしのごまあえ とりとごぼうのあまから はるのすまじる クロパン クリームシチュー	きやべつサラダ めばるの こうそうやき クロパン クリームシチュー	あるひ、こまつさんとヤマさんは、小さくなつて鉄道もけいの列車に乗つてしまつます。食堂車では、お客様さんがいろんなグラタンを注文するので、おおいそがし!! こまつ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。
小614kcal 中810kcal	小740kcal 中808kcal	中 813kcal		

令和2年3月 学校給食予定献立表

御嵩町学校給食センター

2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	16日(月)
かきたま汁	ちらし寿し	ラーメンの汁	トンカツ(ヒレ)	クリームシチュー	上野	切干大根の味噌汁	親子煮(高野豆腐入)	大根汁 肉なし	中華スープ	アルファベットスープ
にんじん・皮つ ねぎ	10 アルファ化米	65 豚もも肉2cmカット	10 豚ヒレ・豚無(牛) 0.4 ベーコン(豚)	2切 じゃがいも	30 切干大根	5 たまねぎ	55 だいこん・根・葉	25 たまねぎ	30 アルファベット	とうもろこし・ホー
えのきだけ	5 サラダ油	0.4 酢・穀物酢	5 塩(並塩)	0.3 こしょう(白)	40 里芋(洗い)	20 にんじん・皮つ	10 カットわかめ	0.2 たまねぎ	30 たまねぎ	20
冷凍豆腐	15 塩(並塩)	0.4 にんじん・皮つ	10 酒	0.5 とうろこし・ホー	10 にんじん・皮つ	10 鶏も皮つき	20 こまつな	8 液卵	5 カットわかめ	0.2
かまぼこ	8 砂糖・上白糖	4 ねぎ	6 小麦粉・薄力粉	3 ベーコン(豚)	10 冷凍豆腐	20 干しいたけ	0.5 かまぼこ	8 とりがらスープ	15 キャベツ	7
液卵	12 酢・穀物酢	8 たまねぎ	20 液卵	2 上新粉	3 ハットカワカメ	0.3 陳皮	15 冷凍豆腐	10 中華だし	0.5 塩(並塩)	12
カットわかめ	0.3 さし竹(3)	1 もやし(緑豆)	20 バン・粉・乾燥	6 サラダ油	0.4 ねぎ	3 かまぼこ	1.5 冷凍豆腐	10 牛乳(調理用)	0.26 とうがらスープ	1
しょうゆ(こいく 塩(並塩)	1.5 にんじん・皮つ	12 はくさい	25 大豆油	40 牛乳(調理用)	8 みつば(根みつ)	3 しょうゆ(白)	3 しょうゆ(白)	0.35 3.3 塩(並塩)	2 しょうゆ(こいく)	0.5
フレーク節	0.5 れんこんスライ	10 焼干	豆みそ	0.8 チキンコンソメ	1.5 フレーク節	2.2 サラダ油	0.5 0.5 塩(並塩)	0.4 チキンコンソメ	2 チキンコンソメ	12
和風だし	0.5 さし竹(うすく みりん)	3 鳥がらスープ	1 みりん(本みりん)	0.5 ダイスチーズ	3 和風だし	0.5 0.5 塩(並塩)	0.5 0.5 塩(並塩)	0.4 チキンコンソメ	2 チキンコンソメ	12
でんぶん	0.6 砂糖・上白糖	1.3 酒	1.3 酒	1 こしょう(白)	0.02 3.3 フレーク節	4.5 しょうゆ(うすく みりん)	4.5 3.3 フレーク節	2.5 0.8 ボテグラタン	2 しょうゆ(白)	0.04
鮭の身引き焼き	さけ	0.3 鮭の身引き焼き	6 三温糖	1.5 クリーム・乳脂	3 みたけみそ	4.5 3.3 フレーク節	4.5 3.3 フレーク節	2.5 0.8 ボテグラタン	2 しょうゆ(白)	0.04
塩(食塩)	1切 みりん(本みりん)	0.2 塩(並塩)	0.1 こしょう(白)	1 クチャップ 3k	5 バセリ・乾	0.07 3.3 フレーク節	5 3.3 フレーク節	2.5 0.8 ボテグラタン	2 しょうゆ(白)	0.04
こしょう(白)	0.03 鮭の身引き焼き	0.3 塩(並塩)	0.3 だいこん・根・葉	20 めばる	1 切	1.2 酒	1.2 酒	1 おろし生姜	1 おろし生姜	10
酒	1 さわら	1 切	ごま油	10 ワイン(白)	1.5 おろし生姜	3.6 大豆(国産)乾	0.7 おろし生姜	1 かたぐり粉	7 酢・米酢	10
ノンエッグマヨ	10 しょうゆ(こいく にんじん・皮つ)	10 ワイン(並塩)	10 こまつな	40 おろし生姜	3.6 大豆(国産)乾	0.7 おろし生姜	0.7 おろし生姜	1 おろし生姜	7 酢・米酢	10
アルミカップ	1枚 みりん(本みりん)	7 酒	32 ソース(クスター)	15 かまぼこ	0.4 おろし生姜	15 大豆油	1 みりん(本みりん)	1 おろし生姜	7 酢・米酢	10
筑前煮	おろし生姜	0.8 ケーキミックス	1.3 酒	15 えのきだけ	0.8 おろし生姜	20 黒砂糖	4.5 おろし生姜	1 かたぐり粉	7 酢・米酢	10
鶏もも皮つき(若 たけのこ)	10 しょうゆ(こいく みりん・本みりん)	2 液卵	4 フレーク節	10 バジルホール	0.08 炒り卵	20 ガーリックパウチ	0.1 切り生姜	1 おろし生姜	7 酢・米酢	10
ごぼう	15 おろし生姜	0.3 水	6 脱脂粉乳(輸入)	2 ガーリックパウチ	0.1 切り生姜	1 塩(並塩)	0.1 おろし生姜	1 おろし生姜	7 酢・米酢	10
にんじん・皮つ	7 みりん(本みりん)	5 塩(並塩)	3.5 キャベツ	6 ショウガ	0.5 オリーブ油	1 おろし生姜	1.5 おろし生姜	1 おろし生姜	7 酢・米酢	10
こんにゃく(板)	15 おろし生姜	1 大豆油	5 塩(並塩)	32 キャベツ	32 きゅうり	20 温野菜(キヤベツ)2	4 切り干し大根	6 きゅうり	5 白いごま(炒り)	1
凍り豆腐(炭酸)	1.3 でんぶん	7 酒	1 中華サラダ	10 おかか和え	5 もやし(緑豆)	10 野菜(キヤベツ)2	6 きゅうり	7 ごぼう(サラダ用)	35 わかめ入りサラダ大根	
干しいたけ	0.5 水	3 3温糖	10 黒きくらげ	8 きゅうり	5 もやし(緑豆)	10 野菜(キヤベツ)2	6 きゅうり	8 野菜(キヤベツ)2	35 わかめ入りサラダ大根	
カットいんげん	5 なほなサラダ	10 黒きくらげ	3 キャベツ	25 野菜(強化油)	5 野菜(強化油)	10 野菜(キヤベツ)2	6 きゅうり	9 野菜(キヤベツ)2	35 わかめ入りサラダ大根	
ごま油	0.3 和種なほな	10 なほなサラダ	0.3 かわせ	1 おろし生姜	1 おろし生姜	10 野菜(キヤベツ)2	6 きゅうり	10 野菜(キヤベツ)2	35 わかめ入りサラダ大根	
三温糖	1 きゅうり	10 なほなサラダ	1 おろし生姜	1 おろし生姜	1 おろし生姜	10 野菜(キヤベツ)2	6 きゅうり	10 野菜(キヤベツ)2	35 わかめ入りサラダ大根	
しうる(こいく みりん)	3 にんじん・皮つ	1 マヨネーズ	5 中華そば	1 お祝いケーキ(中学生)	精白米(強化油)	1 お祝いケーキ(中学生)	6 きゅうり	11 野菜(キヤベツ)2	35 わかめ入りサラダ大根	
みりん(本みりん)	1 お祝いケーキ	1 牛乳(普通牛乳)	5 中華そば	1 牛乳(普通牛乳)	精白米(強化油)	1 お祝いケーキ(中学生)	6 きゅうり	12 野菜(キヤベツ)2	35 わかめ入りサラダ大根	
酒	0.5 手巻きのり	1 牛乳(普通牛乳)	5 中華そば	1 お祝いケーキ(小学校)	精白米(強化油)	1 お祝いケーキ(小学校)	6 きゅうり	13 野菜(キヤベツ)2	35 わかめ入りサラダ大根	
和風だし	0.5 手巻きのり	1 牛乳(普通牛乳)	5 中華そば	1 お祝いケーキ(小学校)	精白米(強化油)	1 お祝いケーキ(小学校)	6 きゅうり	14 野菜(キヤベツ)2	35 わかめ入りサラダ大根	
委託麦ご飯	無あられ	1 牛乳(普通牛乳)	5 中華そば	1 お祝いケーキ(小学校)	精白米(強化油)	1 お祝いケーキ(小学校)	6 きゅうり	15 野菜(キヤベツ)2	35 わかめ入りサラダ大根	
精白米(強化油)	ひなあられ	1 牛乳(普通牛乳)	5 中華そば	1 お祝いケーキ(小学校)	精白米(強化油)	1 お祝いケーキ(小学校)	6 きゅうり	16 野菜(キヤベツ)2	35 わかめ入りサラダ大根	
おおむぎ・米粒	手巻きのり	1 牛乳(普通牛乳)	5 中華そば	1 お祝いケーキ(小学校)	精白米(強化油)	1 お祝いケーキ(小学校)	6 きゅうり	17 野菜(キヤベツ)2	35 わかめ入りサラダ大根	
普通牛乳	手巻きのり	1 牛乳(普通牛乳)	5 中華そば	1 お祝いケーキ(小学校)	精白米(強化油)	1 お祝いケーキ(小学校)	6 きゅうり	18 野菜(キヤベツ)2	35 わかめ入りサラダ大根	
牛乳(普通牛乳)	普通牛乳	1 牛乳(普通牛乳)	5 中華そば	1 お祝いケーキ(小学校)	精白米(強化油)	1 お祝いケーキ(小学校)	6 きゅうり	19 野菜(キヤベツ)2	35 わかめ入りサラダ大根	

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	五目ごはん	野菜スープ	よの汁	澄まし汁	クリームシチュー	17日(火)
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	18日(水)
油あげ	2 水	0 とうろこし・ホー	12 油あげ	3 菓の花	10 たまねぎ	19日(木)
だいこん・根・葉	20 にんじん・皮つ	15 にんじん・皮つ	15 だいこん・根・葉	15 にんじん・皮つ	15 じゃがいも	20日(月)
にんじん・皮つ	7 ごぼう(さきがけ)	10 じゃがいも	25 えのきだけ	5 にんじん・皮つ	10 たまねぎ	21日(火)
ごぼう	10 鶏もも皮つき	15 ベーコン(豚)	8 冷凍豆腐	20 えのきだけ	15 じゃがいも	22日(水)
冷凍豆腐	15 こんにゃく	15 バセリ・乾	0.05 フレーク節	1.5 フレーク節	30 じゃがいも	23日(木)
ねぎ	5 しめじ(ほんしめ)	10 チキンコンソメ	0.8 しうる(こいく)	3.8 和風だし	0.5 サラダ油	24日(火)
フレーク節	1.5 干しいたけ	1 塩(並塩)	0.3 和風だし	0.5 しうる(うすく)	0.4 しうる(うすく)	25日(水)
しょうゆ(こいく みりん)	4 サラダ油	1 こしょう(白)	0.01 塩(並塩)	0.1 チキンコンソメ	1.5 しうる(うすく)	26日(木)
和風だし	0.6 酒	1.5 ドライカレー(大豆入り)	20 でんぶん	1 鶏肉とごぼうの甘辛	3 ダイスチーズ	27日(火)
塩(並塩)	0.3 和風だし	1 豚ひき肉	20 でんぶん	1 鶏もも皮つき(若)	30 じゃがいも	28日(水)
鰯のみそかけ②	17 しょうゆ(こいく さば)	2 牛ひき肉	20 おろし生姜	0.1 おろし生姜	0.2 塩(並塩)	29日(木)
さば	1切 おろし生姜	0.8 サラダ油	0.4 握り豆腐の肉みそ炒め	0.2 口しうる	0.5 クリーム・乳脂	30日(火)
しょうゆ(こいく みりん)	1 鶏もも皮つき(若)	0.5 おろし生姜	0.4 握り豆腐の肉みそ炒め	0.2 おろし生姜	0.5 0.5 オリーブ油	31日(水)
酒	3 しうる(こいく みりん)	2.7 ワイン(赤)	0.4 おろし生姜	0.2 おろし生姜	1 オリーブ油	32日(木)
塩(並塩)	0.2 おろし生姜	0.7 セロリ	0.2 おろし生姜	0.2 おろし生姜	1 オリーブ油	33日(火)
豆みそ	4 おろし生姜にんにく	10 おろし生姜	10 豆みそ	0.5 おろし生姜	1 オリーブ油	34日(水)
三温糖	4.5 酒	0.7 セロリ	2.5 酒	0.5 おろし生姜	1 オリーブ油	35日(木)
みりん(本みりん)	0.4 小麦粉・薄力粉	2.5 塩(並塩)	0.01 こしょう(白)	0.1 三温糖	1 オリーブ油	36日(火)
水	2.5 でんぶん	5 三温糖	0.8 おろし生姜	1.2 三温糖	1 オリーブ油	37日(水)
切干大根のはりかけ	大豆油	2 洋風だし	0.8 ひじきサラダ	0.5 みりん(本みりん)	1 オリーブ油	38日(木)
切り干し大根	2.2 きんぴらごぼう	0.45 ひじき(干し)	1 水	0.45 キャベツとコーンのサラダ	1 オリーブ油	39日(火)
干切たくあん	5 ごぼう(きんぴら)	0.45 ひじき(干し)	25 あおりの(素干し)	0.2 キャベツ	1 オリーブ油	40日(水)
キャベツ	15 にんじん・皮つ	7 ナツメグ	5 もやしの(ごまあれ)	5 もやし(緑豆)	1 オリーブ油	41日(木)
にんじん・皮つ	5 つきこんにんにく	15 ソース(クスター)	3.5 こまつな	35 とうろこし・ホー	1 オリーブ油	42日(火)
きゅうり	5 カットいんげん	5 キャベツ	5 こまつな	5 とうろこし・ホー	1 オリーブ油	43日(水)
酢・米酢	2 サラダ油	0.4 トマトピューレ	5 トマトピューレ	5 とうろこし・ホー	1 オリーブ油	44日(木)
三温糖	2.5 しうる(こいく みりん)	3 キャベツ	3 ホールコン	5 とうろこし・ホー	1 オリーブ油	45日(火)
ごぼう	1 みりん(本みりん)	1 牛乳(普通牛乳)	1 お祝いケーキ(小学校)	1 野菜(強化油)	1 オリーブ油	46日(水)
普通牛乳	1 ごま油	1 牛乳(普通牛乳)	1 お祝いケーキ(小学校)	1 野菜(強化油)	1 オリーブ油	47日(木)
牛乳(普通牛乳)	0.25 ごま油	1 牛乳(普通牛乳)	1 お祝いケーキ(小学校)	1 野菜(強化油)	1 オリーブ油	48日(火)
委託麦ご飯	和風だし	0.6 こまつな	20 普通牛乳	51 野菜(普通牛乳)	1 オリーブ油	49日(水)
精白米(強化油)	12 三温糖	1.8 ホールコン	51 野菜(普通牛乳)	1 オリーブ油	1 オリーブ油	50日(木)
おおむぎ・米粒	0.01 唐辛子(一味)	25 もやし(大豆)	51 野菜(普通牛乳)	1 オリーブ油	1 オリーブ油	51日(火)
普通牛乳	1 ごま油	5 ごま油	51 野菜(普通牛乳)	1 オリーブ油	1 オリーブ油	52日(水)
牛乳(普通牛乳)	1 ミルクゼリー	1 デコポン	51 野菜(普通牛乳)	1 オリーブ油	1 オリーブ油	53日(木)
牛乳(普通牛乳)	1 ミルクゼリー	1 委託麦ご飯	51 野菜(普通牛乳)	1 オリーブ油	1 オリーブ油	54日(火)
牛乳(普通牛乳)	1 普通牛乳	1 普通牛乳	51 野菜(普通牛乳)	1 オリーブ油	1 オリーブ油	55日(水)

<学校給食の産地表示について>
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