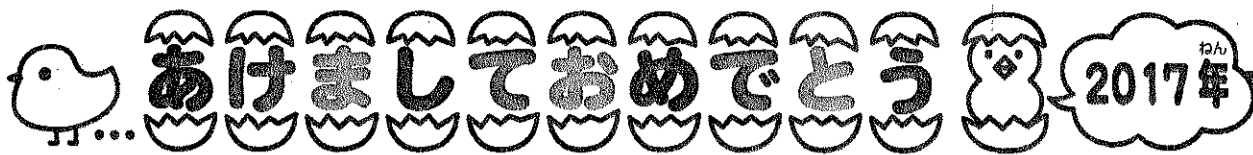


1月のよていにこんだてひょう



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。ご了承ください。★○印は学校配送 ★牛乳は毎日つきます。

月	火 10日 始業式	水 11日	木 12日	金 13日
<p>3学期の始まりです！ 寒さに負けないで、 元気に過ごしましょう！ 前半は、おせち料理に ちなんだ献立、後半は、 学校給食週間です。</p>	<p>だいこんサラダ (あおじそドレ)</p> <p>かわはぎのてんぷら</p> <p>カレーライス</p> <p>小 676kcal 中 880kcal</p>	<p>ふゆやさいのおかかあえ</p> <p>ヨーグルト</p> <p>さけのゆずやき</p> <p>だいこんごはん</p> <p>小 611kcal 中 756kcal</p>	<p>ちくわのカレーあげ</p> <p>みかん</p> <p>そぼろごはんのぐ</p> <p>むぎごはん</p> <p>みたけみそのみそしる</p> <p>小 707kcal 中 907kcal</p>	<p>ブロッコリーサラダ (やさいいっぱいドレ)</p> <p>くろまめのかりんとう</p> <p>ふゆやさいのクリームシチュー</p> <p>しょくパン いちごジャム</p> <p>小 706kcal 中 895kcal</p>
16日	17日	18日 上之郷小リクエスト献立	19日 食育の日	20日
<p>向陽中学校は・・・ 振替休日</p> <p>前日に、お弁当の準備をしましょう。朝、スムーズに作れます。</p>	<p>向陽中学校は・・・ お弁当の日</p> <p>手軽さ・栄養面から卵料理がおすすめです。お弁当を忘れないようにお願いします。</p>	<p>だいこんサラダ (パンパンジードレ)</p> <p>ミルクプリン</p> <p>とりにくのからあげ</p> <p>ソフトめんミートソース</p> <p>小 724kcal 中 944kcal</p>	<p>マロニーサラダ</p> <p>しろみざかなあまずあん</p> <p>むぎごはん</p> <p>はっぼうさい</p> <p>小 663kcal 中 842kcal</p>	<p>ごぼうサラダ (かおりごまドレ)</p> <p>こざかなポテトグラタン</p> <p>くろコッペパン アルファベットスープ</p> <p>小 647kcal 中 808kcal</p>

23日(月)～27日(金)は
がっこうきょうしゅくしゅうかん
学校給食週間です。

食べることがあたりまえに思う毎日ですが・・・

この機会に「食物の大切さ」について考えてみましょう。

- ★ 食物が、私たちの健康を作ってくれることに感謝しましょう。
- ★ 大ぜいの人の働きがあって、食べられることに感謝しましょう。
- ★ 今の時代、いろいろな食物が食べられることに感謝しましょう。

御嵩町の地場産物もたくさん出てきます。お楽しみに！

<御嵩町産>・・・白菜・大根・ほうれん草・みたけみそ・大豆など

御嵩町の地場産物を味わって食べて、自分の町や地場産物の良さを感じてください。

23日 <中学生おすすめ献立より>	24日 <みたけの味>	25日 <岐阜の味>	26日 <調理員さんおすすめ>	27日 <鉄・カルシウムたっぷりの献立>
<p>ひじきのカレーサラダ</p> <p>あんぱん フルーツ</p> <p>さけフライタルタルソース</p> <p>モロヘイヤとたまごのみそしる</p> <p>小 692kcal 中 891kcal</p>	<p>みたけやさいのごまあえ</p> <p>ぶたにくとだいずのかりんあげ</p> <p>むぎごはん</p> <p>だいこんじる</p> <p>小 632kcal 中 804kcal</p>	<p>いためなます</p> <p>りんご</p> <p>ごへいもち</p> <p>きつねうどん</p> <p>小 739kcal 中 950kcal</p>	<p>いそにしき</p> <p>オレンジグミ</p> <p>さわらのゆずみそかけ</p> <p>むぎごはん</p> <p>あいしょうじる</p> <p>小 705kcal 中 906kcal</p>	<p>かいそうサラダ (あおじそドレ)</p> <p>いちごヨーグルト</p> <p>フレンチトースト</p> <p>ポークビーンズ</p> <p>小 693kcal 中 848kcal</p>
30日	31日	中学生学校給食選手権で、「ふるさと給食優秀賞」をいただきました。		
<p>シャキシャキサラダ (かおりごまドレ)</p> <p>カスタードプリン</p> <p>とりにくとポテのレモンふうみ</p> <p>チャーハン</p> <p>小 701kcal 中 859kcal</p>	<p>キャベツサラダ (やさいいっぱいドレ)</p> <p>だいずとこざかなのあげに</p> <p>ハヤシライス</p> <p>小 727kcal 中 927kcal</p>	<p>岐阜県教育委員会主催の大会に向陽中学校1年生チームが出場し、上記の賞をいただきました。鉄・カルシウムたっぷり！にこだわり、御嵩町のみんなが、元気いっぱいになるように願った献立です。23日の献立は、この中から出します。お楽しみに！</p>		



平成29年1月 学校給食予定献立表

御嵩町学校給食センター

10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	23日(月)	24日(火)
カレーシチュー	大根ご飯	大根の味噌汁	冬野菜のシチュー	関東煮	白玉雑煮	ミートソース	八宝菜	野菜スープ	モロヘイヤのみそ汁	大根汁
じゃがいも	アルファ化米	冷凍豆腐	ベーコン(豚)	だいこん・根	白玉団子	豚ひき肉	はくさい	キャベツ	豆腐(木綿)	だいこん・根
にんじん・皮つ	サラダ油	えのきたけ	ワイン(白)	にんじん・皮つ	にんじん・皮つ	たまねぎ	たまねぎ	たまねぎ	モロヘイヤ・ゆ	にんじん・皮つ
たまねぎ	まぐろオイル漬	だいこん・根	たまねぎ	竹輪(焼き竹輪)	こまつな	にんじん・皮つ	にんじん・皮つ	にんじん・皮つ	液卵	しめじ(ほんし)
ダイスチーズ	だいこん・根	にんじん	とうもろこし	はくさい	かぶ・根・皮付	たまねぎ	たまねぎ	とうもろこし	だいこん(根)	こまつな
豚もも肉2cm	にんじん・皮つ	油あげ	ねぎ	角昆布	油あげ	ケチャップ 3	もやし(緑豆)	塩(並塩)	カットわかめ	かまぼこ
サラダ油	こんにやく 五	カットわかめ	ねぎ	かぶ・根・皮付	油あげ	5	しょうゆ(こい)	しょうゆ(白)	フレッシュ節	しょうゆ(うす)
おろし生姜	しょうゆ(こい)	ねぎ	じゃがいも	にんじん・皮つ	和風だし	1.5	うずら卵・水煮	チキンコンソメ	豆みそ	塩(並塩)
おろしにんにく	酒	フレッシュ節	じゃがいも	パセリ・乾	しょうゆ(こい)	6	みりん(本みり)	しょうゆ(うす)	みたけみそ	和風だし
ワイン(赤)	三温糖	和風だし	じゃがいも	上新粉	しょうゆ(こい)	1	酒	ポテトグラタン	鮭のフライ	フレッシュ節
塩(並塩)	和風だし	みたけみそ	じゃがいも	4	しょうゆ(こい)	1	しょうゆ(こい)	1	1	1
こしょう(白)	0.02	鮭のゆかり	じゃがいも	4.5	しょうゆ(こい)	2.5	しょうゆ(こい)	0.8	1	1
洋風だし	1.5	さけ	じゃがいも	1	しょうゆ(こい)	1	しょうゆ(こい)	0.02	1	1
脱脂粉乳(輸入)	3	酒	じゃがいも	0.01	しょうゆ(こい)	1	しょうゆ(こい)	0.3	1	1
しょうゆ(こい)	1.2	しょうゆ(うす)	じゃがいも	0.02	しょうゆ(こい)	1	しょうゆ(こい)	0.3	1	1
ケチャップ 3	5	みりん(本みり)	じゃがいも	0.4	しょうゆ(こい)	1	しょうゆ(こい)	0.3	1	1
ソース(中濃)	4	酒	じゃがいも	0.2	しょうゆ(こい)	1	しょうゆ(こい)	0.3	1	1
ルウ用小麦粉	4.6	しょうゆ(こい)	じゃがいも	0.5	しょうゆ(こい)	1	しょうゆ(こい)	0.5	1	1
サラダ油	3.7	みりん(本みり)	じゃがいも	4	しょうゆ(こい)	1	しょうゆ(こい)	0.1	1	1
鯛カレー	0.55	三温糖	じゃがいも	5	しょうゆ(こい)	1	しょうゆ(こい)	0.4	1	1
かわはぎのつぶら	ゆず果汁	0.1	じゃがいも	20	しょうゆ(こい)	1.5	しょうゆ(こい)	2.0	1	1
かわはぎローハ	1枚	でんぶん	じゃがいも	2	しょうゆ(こい)	2.3	しょうゆ(こい)	2.7	1	1
小麦粉・薄力粉	5	水	じゃがいも	1	しょうゆ(こい)	1	しょうゆ(こい)	0.7	1	1
ベーキングパウ	0.05	おおか和え	じゃがいも	4.5	しょうゆ(こい)	3	しょうゆ(こい)	0.2	1	1
刻み生姜	1	ぼうれんそう	じゃがいも	0.1	しょうゆ(こい)	0.01	しょうゆ(こい)	0.7	1	1
あおのり(葉干)	0.1	にんじん・皮つ	じゃがいも	3	しょうゆ(こい)	1	しょうゆ(こい)	0.7	1	1
大豆油	3	はくさい	じゃがいも	1.5	しょうゆ(こい)	0.1	しょうゆ(こい)	0.35	1	1
わかめ入りサラダ	大	かつお節	じゃがいも	4	しょうゆ(こい)	0.4	しょうゆ(こい)	2.0	1	1
カットわかめ	1	しょうゆ(こい)	じゃがいも	25	しょうゆ(こい)	15	しょうゆ(こい)	5	1	1
だいこん・根	30	三温糖	じゃがいも	8	しょうゆ(こい)	5	しょうゆ(こい)	2	1	1
にんじん・皮つ	15	白すりごま	じゃがいも	20	しょうゆ(こい)	8	しょうゆ(こい)	0.6	1	1
チンゲン菜	10	ごま(白)	じゃがいも	6	しょうゆ(こい)	1	しょうゆ(こい)	1.8	1	1
青じそドレッシ	7	ヨーグルト	じゃがいも	1	しょうゆ(こい)	0.01	しょうゆ(こい)	8	1	1
委託麦ご飯	1	ヨーグルト	じゃがいも	1	しょうゆ(こい)	0.5	しょうゆ(こい)	0.3	1	1
精白米(強化米)	1	普通牛乳	じゃがいも	1	しょうゆ(こい)	0.6	しょうゆ(こい)	6	1	1
おおむぎ・米粒	1	牛乳(普通牛乳)	じゃがいも	1	しょうゆ(こい)	1	しょうゆ(こい)	1	1	1
普通牛乳	1	牛乳(普通牛乳)	じゃがいも	1	しょうゆ(こい)	1	しょうゆ(こい)	1	1	1
牛乳(普通牛乳)	1	牛乳(普通牛乳)	じゃがいも	1	しょうゆ(こい)	1	しょうゆ(こい)	1	1	1

25日(水)	26日(木)	27日(金)	30日(月)	31日(火)	1月の加工食品・添加物
きつねうどん	あいしょう汁	ポークビーンズケチ	チャーハン	ハヤシシチュー	11日(水) ヨーグルト
油あげ	冷凍豆腐	豚もも肉2cm	アルファ化米	サラダ油	23日(月) 杏仁フルーツ
鶏もも皮つき	油あげ	3	1	0.3	もち・杏仁霜
にんじん・皮つ	だいこん・根	25	10	0.5	乳糖・果糖
たまねぎ	にんじん・皮つ	10	40	0.5	砂糖・果糖
ねぎ	じゃがいも	30	7	1	イソマルトオリゴ糖
かまぼこ	ごぼう	10	13	55	ホエイパウダー
しめじ(ほんし)	ねぎ	8	5	15	寒天・香料
しょうゆ(こい)	フレッシュ節	2.2	5	40	クリーム・ビタミン
しょうゆ(うす)	フレッシュ節	4.5	8	40	増粘多糖類
フレッシュ節	和風だし	0.5	0.5	3	13日(金) いちごジャム
和風だし	牛乳(普通牛乳)	6	0.5	0.03	17日(火) 白玉団子
みりん(本みり)	糖のゆずみそかけ	3.5	0.5	0.5	うるち米・もち米
塩(並塩)	さわら	0.8	0.02	0.01	水
五平餅	酒	1.5	1	0.01	18日(水) ミルクプリン
五平餅	でんぶん	0.6	0.01	0.01	生乳・砂糖
しょうゆ(こい)	小麦粉・薄力粉	5	0.01	0.5	ショートニング
三温糖	大豆油	4	5	0.5	脱脂粉乳
酒	白みそ	3.6	2	0.5	加糖卵黄
みりん(本みり)	三温糖	2.4	1	0.5	コーンスターチ
豆みそ	みりん(本みり)	1	0.4	4.5	食塩
白すりごま	酒	1	0.3	3	ゲル化剤・香料
水	ゆず果汁	0.1	0.3	10	20日(金) 小魚
炒めなます	磯醋	20	1	5	片口いわし
だいこん・根	大豆(国産)	12	1	1	砂糖
にんじん・皮つ	しょうゆ(こい)	1.2	5	2.5	マルトース
れんこんスライ	三温糖	1.2	5	10	その他の材料の配合等につ
油あげ	にんじん・皮つ	6	8	8	いては、学校給食センター
サラダ油	竹輪(焼き竹輪)	8	4	6	栄養士まで、お問い合わせ
三温糖	くきわかめ(水)	12	1	1	ください。
酢・穀物酢	三温糖	0.7	1	1	
塩(並塩)	しょうゆ(こい)	1.2	32	1.8	
しょうゆ(こい)	オレングミ	1	10	2.5	
すりごま	オレングミ	1	4.2	1	
りんご1/4	委託麦ご飯	1	2.3	1	
りんご	1	1	1	1	
バックラうどん	普通牛乳	1	1	1	
うどん(給食用)	牛乳(普通牛乳)	1	1	1	
普通牛乳	牛乳(普通牛乳)	1	1	1	
牛乳(普通牛乳)	牛乳(普通牛乳)	1	1	1	

<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、静岡、北海道、青森、鹿児島、長野県等
 食肉・・・岐阜、宮崎、佐賀、オーストラリア等 魚介類・・・北海道、京都、九州、カナダ、アルゼンチン等