



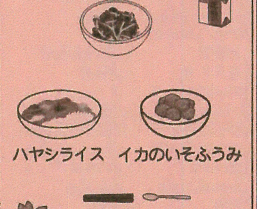
ご入学・ご進級おめでとうございます。

新年度が始まりました。給食を食べて、元気に過ごしてください。
今年度もおいしい給食を作りますので、楽しみにしてくださいね。

※都合により献立を変更することがあります。
※牛乳は毎日つきます。
◎学校配送
①ドレッシング
②卓上しょうゆ
③マヨネーズ

8日(金)

⑤だいこんサラダ



ハヤシライス イカのいそふうみ

《今月のモリモリキング》

- ◆可見市でとれた米「あさひの夢」
21日(木) たけのこごはん
- ◆可见市でとれた大豆で作った「みそ」
27日(水) 可见のみそ汁



可见市でとれた地場産物を味わってくださいね。

毎月「野菜の日」には、旬の野菜を使った料理を出します。野菜のよさを知って、もっと食べてもらいたいです。



4月のおすすめ野菜料理「レタス」

18日 レタススープ

生で食べることが多いレタスですが、スープや炒め物にしてもおいしく食べられます。加熱するとかさが減ってたくさん食べられます。

11日(月)

④にんじんサラダ



12日(火)

④ピピンパのぐ

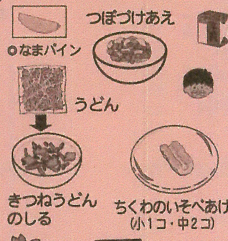


13日(水)

④ポテトサラダ



14日(木)



15日(金)

④きんぴらごぼう



入学・進級お祝い献立

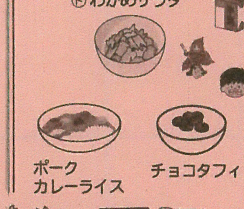
18日(月)

④まめまめサラダ



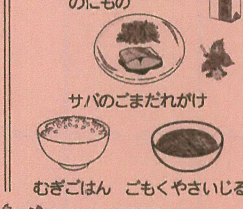
19日(火)

④わかめサラダ



20日(水)

④きりぼしだいごんののもの



21日(木)

④キャベツのいそかあえ



22日(金)

④ゆかりあえ



25日(月)

④マカロニサラダ



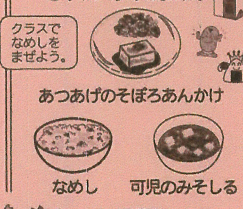
26日(火)

④にくじゃが



27日(水)

④アスパラのごまあえ



28日(木)

④ちゅうかサラダ



歯の日献立

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、可见市、JA中央会から一部補助を受けています。

献立は可见市のホームページにのせています。

◎献立表に使われているマークの紹介◎

毎月、献立表についています。探してくださいね。



モリモリキング



かにまめくん



かんちゃん



せんいマン

可见市で採れた食材を使った日についています。モリモリ食べてくださいね。

可见市でとれた大豆や可见市の大豆で作ったみそを使った日についています。

よくかんで食べる献立の日についています。よくかむといいことがたくさんあります。

食物せんいが多い献立の時に出てきます。おなかの調子をよくしてくれます。

2022年 4月 学校給食予定献立表

* 上段は献立名、分量は小学校分量、単位はすべて(g)です。

可児市学校給食センター

8(金)		11(月)		12(火)		13(水)		14(木)		15(金)		18(月)		19(火)		20(水)		21(木)		22(金)	
										入学・進級お祝い献立		野菜の日献立									
牛乳 麦ごはん ハヤシチュー イカの磯風味 大根サラダ 青じそドレッシング	牛乳 黒コッパン 洋風わかめスープ 豚肉とトマトのトマトチャップがらめ にんじんサラダ 玉葱ドレッシング	牛乳 麦ごはん ワンタンスープ ホキの甘酢あんかけ ピピンパの具 果汁グミ(ぶどう味)	牛乳 麦ごはん 白みそ汁 ハンバーグ和風おろしソース ポテトサラダ マヨネーズ	牛乳 うどん きつねうどんの汁 ちくわの磯部揚げ つぼ漬けあえ 生バイ	牛乳 麦ごはん 春のすまし汁 鶏肉の照り焼き きんぴらごぼう お祝いクレープ	牛乳 コッパン レタススープ 白身魚フライ まめ豆サラダ ごまドレッシング タルタルソース	牛乳 麦ごはん ポークカレー チョコファイ わかめサラダ 和風ドレッシング	牛乳 麦ごはん 五目野菜汁 サバのごまダレがけ 切干大根の煮物	牛乳 麦ごはん たけのこごはん 鶏肉のから揚げ キャベツの磯音あえ 卓上しようゆ ヨーグルト	牛乳 麦ごはん なめこのみそ汁 豚肉の塩こうじ焼き ゆかりあえ オレンジ											
牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206
精白米 70 米粒麦(大麦) 7	黒コッパン 55 ポンス火腿 10	精白米 70 米粒麦(大麦) 7	精白米 70 米粒麦(大麦) 7	うどん 80 鶏もも切込み 15	精白米 70 米粒麦(大麦) 7	コッパン 55 ポンス火腿 10	精白米 70 米粒麦(大麦) 7	精白米 70 米粒麦(大麦) 7	うどん 80 鶏もも切込み 15	精白米 70 米粒麦(大麦) 7	コッパン 55 ポンス火腿 10	精白米 70 米粒麦(大麦) 7	精白米 70 米粒麦(大麦) 7	アルファ化米 57 水 91 ツナ油漬 10	精白米 70 米粒麦(大麦) 7	アルファ化米 57 水 91 ツナ油漬 10	精白米 70 米粒麦(大麦) 7	アルファ化米 57 水 91 ツナ油漬 10	精白米 70 米粒麦(大麦) 7	アルファ化米 57 水 91 ツナ油漬 10	精白米 70 米粒麦(大麦) 7
豚ももスライス 15 米ぬか油 0.5 おろしにんにく 0.3 おろししょうが 0.6 たまねぎ 45 にんじん 15 じゃがいも(皮むき) 35 マッシュルーム 8 小麦粉 4.5 米ぬか油 3.2 デミグラスソース 15 トマトケチャップ 10 ダイスタマト 10 ウスターソース 5 赤ワイン 1.5 洋風だしの素 1 天塩 0.25 白こしょう 0.02 三温糖 0.3	たまねぎ 30 ホールコーン 10 カットわかめ 0.5 カットねぎ 5 チキンコンソメ 1.5 薄口しょうゆ 0.3 天塩 0.15 豚もも角切り 30 清酒 2 でんぶん 5 乱切りポテト 30 揚げ油(大豆油) 4.5 トマトケチャップ(黒庫) 4 ウスターソース 2 三温糖 0.2 水 2 にんじん 25 緑豆もやし 20	ポンス火腿 8 たまねぎ 20 カットえのき 20 木綿豆腐 20 ワンタン麺 4 カットわかめ 5 中華風だしの素 1 ガラスープ 2 薄口しょうゆ 2 天塩 0.2	たまねぎ 20 カットえのき 20 白かまぼこ 10 油揚げ 8 カットねぎ 3 カットわかめ 0.2 フレーク節(だし用) 2.5 薄口しょうゆ 5.5 本みりん 1 天塩 0.3 和風だしの素 1.3	たまねぎ 20 干し椎茸 5 白かまぼこ 10 油揚げ 8 小松菜 8 桜型かまぼこ 6 カットねぎ 5 フレーク節(だし用) 2.5 薄口しょうゆ 5.5 本みりん 1 天塩 0.3 和風だしの素 1.3	精白米 70 米粒麦(大麦) 7	コッパン 55 ポンス火腿 10	精白米 70 米粒麦(大麦) 7	うどん 80 鶏もも切込み 15	精白米 70 米粒麦(大麦) 7	コッパン 55 ポンス火腿 10	精白米 70 米粒麦(大麦) 7	精白米 70 米粒麦(大麦) 7	精白米 70 米粒麦(大麦) 7	アルファ化米 57 水 91 ツナ油漬 10	精白米 70 米粒麦(大麦) 7	アルファ化米 57 水 91 ツナ油漬 10	精白米 70 米粒麦(大麦) 7	アルファ化米 57 水 91 ツナ油漬 10	精白米 70 米粒麦(大麦) 7	アルファ化米 57 水 91 ツナ油漬 10	精白米 70 米粒麦(大麦) 7
小659 kcal・小853 kcal	603・765	658・835	631・820	644・798	681・842	635・772	658・851	604・769	640・775	636・810											

※加工食品の詳しい成分等の情報が必要な方は、給食センターまでお問合せください。1人当たりの使用量は、小学校3・4年生の量です。中学校は1.3倍量です。

25(月)		26(火)		27(水)		28(木)																	
						菌の日献立																	
牛乳 食パン チョコクリーム たまごスープ ささみのレモン味 マカロニサラダ イタリアンドレッシング	牛乳 麦ごはん 若竹汁 サワラの西京焼き 肉じゃが オレンジ	牛乳 菜飯 可見のみそ汁 厚揚げのそぼろあんかけ アスパラのごまあえ 卓上しようゆ	牛乳 ラーメン しょうゆラーメンの汁 シシヤモフライ 中華サラダ 棒々鶏ドレッシング はちみつレモンゼリー																				
牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206																
食パン 55 チョコクリーム 15	精白米 70 米粒麦(大麦) 7	精白米 70 米粒麦(大麦) 7	精白米 70 米粒麦(大麦) 7	ラーメン 160 鶏ももスライス 15 にんじん 10	食パン 55 チョコクリーム 15	精白米 70 米粒麦(大麦) 7	精白米 70 米粒麦(大麦) 7	鶏ももスライス 15 にんじん 10															
たまねぎ 20 ホールコーン 10 冷凍ほうれん草 10 冷かまぼこ 5 液卵 15 チキンコンソメ 1.5 薄口しょうゆ 0.3 天塩 0.2 でんぶん 0.4	たけのこ 25 木綿豆腐 20 白かまぼこ 5 カットわかめ 0.2 カットねぎ 5 フレーク節(だし用) 2.5 薄口しょうゆ 3 天塩 0.15	たまねぎ 20 だいこん 20 白菜 15 カットねぎ 5 フレーク節(だし用) 2.5 ガラスープ 5 中華風だしの素 1.2 濃口しょうゆ 8 本みりん 0.5 天塩 0.5 白こしょう 0.01	鶏ももスライス 15 にんじん 10 緑豆もやし 20 白菜 25 カットねぎ 5 フレーク節(だし用) 2.5 ガラスープ 5 中華風だしの素 1.2 濃口しょうゆ 8 本みりん 0.5 天塩 0.5 白こしょう 0.01		たまねぎ 20 ホールコーン 10 冷凍ほうれん草 10 冷かまぼこ 5 液卵 15 チキンコンソメ 1.5 薄口しょうゆ 0.3 天塩 0.2 でんぶん 0.4	たけのこ 25 木綿豆腐 20 白かまぼこ 5 カットわかめ 0.2 カットねぎ 5 フレーク節(だし用) 2.5 薄口しょうゆ 3 天塩 0.15	たまねぎ 20 だいこん 20 白菜 15 カットねぎ 5 フレーク節(だし用) 2.5 ガラスープ 5 中華風だしの素 1.2 濃口しょうゆ 8 本みりん 0.5 天塩 0.5 白こしょう 0.01	鶏ももスライス 15 にんじん 10 緑豆もやし 20 白菜 25 カットねぎ 5 フレーク節(だし用) 2.5 ガラスープ 5 中華風だしの素 1.2 濃口しょうゆ 8 本みりん 0.5 天塩 0.5 白こしょう 0.01		たまねぎ 20 ホールコーン 10 冷凍ほうれん草 10 冷かまぼこ 5 液卵 15 チキンコンソメ 1.5 薄口しょうゆ 0.3 天塩 0.2 でんぶん 0.4	たけのこ 25 木綿豆腐 20 白かまぼこ 5 カットわかめ 0.2 カットねぎ 5 フレーク節(だし用) 2.5 薄口しょうゆ 3 天塩 0.15	たまねぎ 20 だいこん 20 白菜 15 カットねぎ 5 フレーク節(だし用) 2.5 ガラスープ 5 中華風だしの素 1.2 濃口しょうゆ 8 本みりん 0.5 天塩 0.5 白こしょう 0.01	鶏ももスライス 15 にんじん 10 緑豆もやし 20 白菜 25 カットねぎ 5 フレーク節(だし用) 2.5 ガラスープ 5 中華風だしの素 1.2 濃口しょうゆ 8 本みりん 0.5 天塩 0.5 白こしょう 0.01		たまねぎ 20 ホールコーン 10 冷凍ほうれん草 10 冷かまぼこ 5 液卵 15 チキンコンソメ 1.5 薄口しょうゆ 0.3 天塩 0.2 でんぶん 0.4	たけのこ 25 木綿豆腐 20 白かまぼこ 5 カットわかめ 0.2 カットねぎ 5 フレーク節(だし用) 2.5 薄口しょうゆ 3 天塩 0.15	たまねぎ 20 だいこん 20 白菜 15 カットねぎ 5 フレーク節(だし用) 2.5 ガラスープ 5 中華風だしの素 1.2 濃口しょうゆ 8 本みりん 0.5 天塩 0.5 白こしょう 0.01	鶏ももスライス 15 にんじん 10 緑豆もやし 20 白菜 25 カットねぎ 5 フレーク節(だし用) 2.5 ガラスープ 5 中華風だしの素 1.2 濃口しょうゆ 8 本みりん 0.5 天塩 0.5 白こしょう 0.01		たまねぎ 20 ホールコーン 10 冷凍ほうれん草 10 冷かまぼこ 5 液卵 15 チキンコンソメ 1.5 薄口しょうゆ 0.3 天塩 0.2 でんぶん 0.4	たけのこ 25 木綿豆腐 20 白かまぼこ 5 カットわかめ 0.2 カットねぎ 5 フレーク節(だし用) 2.5 薄口しょうゆ 3 天塩 0.15	たまねぎ 20 だいこん 20 白菜 15 カットねぎ 5 フレーク節(だし用) 2.5 ガラスープ 5 中華風だしの素 1.2 濃口しょうゆ 8 本みりん 0.5 天塩 0.5 白こしょう 0.01	鶏ももスライス 15 にんじん 10 緑豆もやし 20 白菜 25 カットねぎ 5 フレーク節(だし用) 2.5 ガラスープ 5 中華風だしの素 1.2 濃口しょうゆ 8 本みりん 0.5 天塩 0.5 白こしょう 0.01
ツイストマカロニ 5 キャベツ 20 きゅうり 8 にんじん 8	和風だしの素 0.5 オレンジ 30	アスパラカット 10 キャベツ 30 にんじん 10 白ごま 1.5 すりごま 1.5	棒々鶏ドレッシング 5 はちみつレモンゼリー 60		和風だしの素 0.5 オレンジ 30	アスパラカット 10 キャベツ 30 にんじん 10 白ごま 1.5 すりごま 1.5	棒々鶏ドレッシング 5 はちみつレモンゼリー 60																
イタリアンドレッシング 5																							
637・790	616・784	582・759	637・724																				

※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、可児市、JA中央会から一部補助を受けています。