

2023年

5月

こんだて



可見市学校給食センター
TEL 62-6001

献立は可見市のホームページにのせています。

さわやかな季節になりました。
しっかり朝ごはんを食べて、元気に過ごしましょう。

がんばれかっこ! 献立
25日 ちくわのお茶てんぷら
お茶は、可見市でとれたお茶を使っています。

※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
◎ドレッシング
◎卓上しょうゆ
◎マヨネーズ

1日(月)

◎キャベツサラダ



とりにくのマーレドやき



くろしよくパン とうにゅう
コンスープ

2日(火)

◎ごまあえ



クラスで
わかめを
まぜよう。

カツオとポテの
うめがらめ

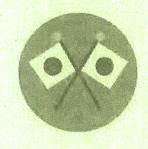


わかめ
むぎごはん かきたまじる

こどもの日献立

3日(水)

憲法記念日



4日(木)

みどりの日



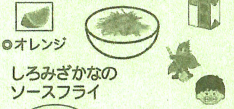
5日(金)

こどもの日



8日(月)

◎ごぼうサラダ



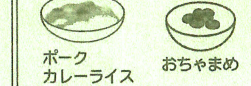
◎オレンジ
しろみぎかなの
ソースフライ



コッペパン レタススープ

9日(火)

◎だいこんサラダ



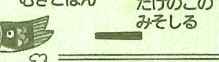
ポーク
カレーライス おちやまめ

10日(水)

きりぼしだいこんと
ツナのにももの



あつあげのそぼろあんかけ



むぎごはん たけのこの
みそしる

11日(木)

◎グリーンサラダ



◎ヨーグルト

チキンライス ぶたにくの
コロコロあげ

12日(金)

◎ホイコーロー

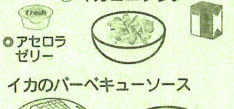


あげぎョウザ

むぎごはん ちゅうかスープ

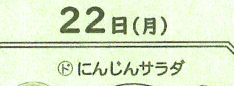
15日(月)

◎マカロニサラダ



◎アセロラ
ゼリー

イカのパーベキューソース

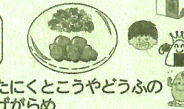


おちや
コッペパン にんじんの
ポタージュ

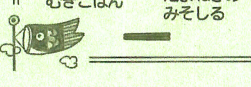
16日(火)

◎おかかあえ

クラスで
おかかを
まぜよう。



ぶたにくとこうやどうふの
あげがらめ



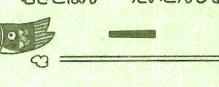
むぎごはん たまねぎの
みそしる

17日(水)

ゆうぜんごはんのぐ



かぼちゃコロッケ



むぎごはん だいこんじる

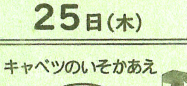
18日(木)

◎まめまめサラダ



かじゅうグミ
(ぶどうあじ)

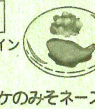
ラーメン



しょうゆ
ラーメンのしる とりにくの
レモンがらめ

19日(金)

◎ちくぜんに



◎なまバイン

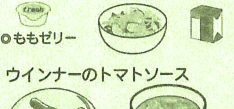
サケのみそネーズかけ



むぎごはん ゆばのすましじる

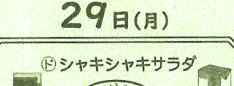
22日(月)

◎にんじんサラダ



◎ももゼリー

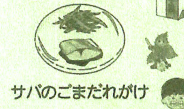
ウイナーのトマトソース



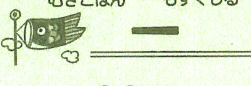
コッペパン アルファベット
スープ

23日(火)

◎きんぴらごぼう



サバのごまだれがけ



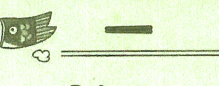
むぎごはん もずくじる

24日(水)

◎ゆかりあえ



チキンチキンごぼう



むぎごはん 可見のみそしる

25日(木)

◎キャベツのいそかあえ



◎やきプリン
タルト

ごもくごはん ちくわの
おちやてんぷら
(小1コ・中2コ)

がんばれかっこ! 献立

26日(金)

◎ポテトサラダ



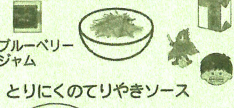
ハンバーグの
わふうおろしソース



むぎごはん しろみそしる

29日(月)

◎シャキシャキサラダ



ブルーベリー
ジャム

とりにくのてりやきソース



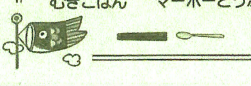
しょくパン ようふう
わかめスープ

30日(火)

◎チンゲンサイサラダ



シシャモのこめこあげ



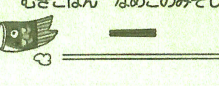
むぎごはん マーボー豆腐

31日(水)

◎ひじきのいために



ぶたにくのしょうがやき



むぎごはん なめこのみそしる

《今月のモリモリキング》

- ◆可見市でとれた米「ほしじるし」
11日(木) チキンライス 25日(木) ごもくごはん
- ◆可见市でとれた大豆で作った「味噌」
16日(火) たまねぎのみそ汁 24日(水) 可见のみそ汁
- ◆可见市でとれた「お茶」
9日(火) お茶豆 25日(木) ちくわのお茶てんぷら

2023年 5月 学校給食予定献立表

可児市学校給食センター

* 上段は献立名、分量は小学校分量、単位はすべて(g)です。

1(月)	2(火)	8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)
こどもの日献立										
牛乳 黒食パン 豆乳コーンスープ 鶏肉のマーナード焼き キャベツサラダ イタリアンドレッシング	牛乳 わかめ煮こはん かきたま汁 カツオとポテトの揚げがらめ ごまあえ 卓上しようゆ ちまき	牛乳 コッペパン レタススープ 白身魚のソースフライ ごぼろサラダ ごまドレッシング オレンジ	牛乳 煮こはん ポークカレー お茶豆 大根サラダ 玉葱ドレッシング	牛乳 煮こはん ゆかりふりかけ たけのこのみそしる 豚揚げのぼろあんかけ 切干大根とツナの煮物	牛乳 チキンライス 豚肉のココロコ揚げ グリーンサラダ 和風ドレッシング ヨーグルト	牛乳 煮こはん 中華スープ 揚げギョウザ ホイコーロー	牛乳 お茶コッペパン にんじんのポタージュ イカのバーベキューソース マカロニサラダ イタリアンドレッシング アセロラゼリー	牛乳 煮こはん 玉ねぎのみそ汁 豚肉と高野豆腐の揚げがらめ おかかあえ 卓上しようゆ	牛乳 煮こはん 大根汁 かぼちゃコロケ 友禅ご飯の具	牛乳 ラーメン しょうゆラーメンの汁 鶏肉のレモンがらめ まめ豆サラダ 棒々鶏ドレッシング 果汁グミ(ぶどう味)
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
黒食パン 55 ベーコン 8 たまねぎ 30 クリームコーン 25 にんじん 10 調整豆乳 30 洋風だし(素) 1.5 天塩 0.5 白こしょう 0.02 米粉 3 乾燥バセリ 0.05 鶏もも 50 白ワイン 1.5 おろしんにく 1 濃口しょうゆ 2.8 本みりん 1 マーナードジャム 3 キャベツ 30 きゅうり 15 ホールコーン 8 イタリアンドレッシング 5 小628 kcal・中787 kcal	精白米 70 米粒麦(大麦) 7 ボンレスハム 2 レタス 20 たまねぎ 20 にんじん 8 ホールコーン 15 チキンコンソメ 15 カットわかめ 0.2 天塩 5 フレーク卵(だし用) 2.5 薄口しょうゆ 3 身魚フライ 50 揚げ油(大豆油) 6 トマケチャップ 2 ウスターソース 5 オリーブオイル 0.5 クミン 0.03 セロリ 1.7 ガラムマサラ 0.5 洋風だし(素) 1.3 トマケチャップ 4.5 清酒 4.5 きゅうり 2 濃口しょうゆ 2.4 三温糖 2 本みりん 1.3 ごまドレッシング 5 水 1.5 オレンジ 30 緑豆もやし 35 にんじん 10 きゅうり 15 白ごま 1.5 すりごま 1.5 卓上しようゆ 1.5 ちまき 30 675・851	コッペパン 55 ボンレスハム 8 レタス 20 たまねぎ 20 にんじん 8 ホールコーン 15 チキンコンソメ 1.5 カットわかめ 0.2 天塩 5 身魚フライ 50 揚げ油(大豆油) 6 トマケチャップ 2 ウスターソース 5 オリーブオイル 0.5 クミン 0.03 セロリ 1.7 ガラムマサラ 0.5 洋風だし(素) 1.3 トマケチャップ 4.5 清酒 4.5 きゅうり 2 濃口しょうゆ 2.4 三温糖 2 本みりん 1.3 ごまドレッシング 5 水 1.5 オレンジ 30 604・755	精白米 70 米粒麦(大麦) 7 たまねぎ 15 米ぬか油 0.5 たけのこ 1.5 おろしにんじん 0.8 カットえのき 0.6 たまねぎ 45 カットわかめ 35 にんじん 15 小麦粉 5.5 米ぬか油 3.9 白みそ 4 カレー粉 0.5 ロリエ 0.1 生揚げ 50 鶏ひき肉 12 おろししょうゆ 0.6 薄口しょうゆ 3.8 洋風だし(素) 2.2 本みりん 1.2 清酒 1.2 和風だし(素) 0.2 でんぶん 0.5 キャベツ 8 きゅうり 12 小松菜 10 むぎ枝豆 3 切り干し大根 5.5 にんじん 8 ツナ油漬 8 むぎ枝豆 8 米ぬか油 0.2 薄口しょうゆ 1.8 三温糖 1 清酒 1 だいこん 40 きゅうり 15 本みりん 1 和風だし(素) 0.4 玉葱ドレッシング 5 653・845	精白米 70 米粒麦(大麦) 7 たまねぎ 15 米ぬか油 0.5 たけのこ 1.5 おろしにんじん 0.8 カットえのき 0.6 たまねぎ 45 カットわかめ 35 にんじん 15 小麦粉 5.5 米ぬか油 3.9 白みそ 4 カレー粉 0.5 ロリエ 0.1 生揚げ 50 鶏ひき肉 12 おろししょうゆ 0.6 薄口しょうゆ 3.8 洋風だし(素) 2.2 本みりん 1.2 清酒 1.2 和風だし(素) 0.2 でんぶん 0.5 キャベツ 8 きゅうり 12 小松菜 10 むぎ枝豆 3 切り干し大根 5.5 にんじん 8 ツナ油漬 8 むぎ枝豆 8 米ぬか油 0.2 薄口しょうゆ 1.8 三温糖 1 清酒 1 だいこん 40 きゅうり 15 本みりん 1 和風だし(素) 0.4 玉葱ドレッシング 5 610・797	アルファ化米 55 水 77 鶏もも切込み 20 たまねぎ 20 にんじん 10 ホールコーン 8 ホッシュルー 8 米ぬか油 0.5 チキンコンソメ 1 白ワイン 2 トマケチャップ 10 ウスターソース 1.2 天塩 0.4 白こしょう 0.02 揚げ油(大豆油) 4 白ワイン 1.5 豚ももスライス 25 濃口しょうゆ 2.2 キャベツ 30 たまねぎ 15 青ピーマン 7 おろしんにく 0.3 でんぶん 0.2 水 4 ツイストマカロニ 5 キャベツ 20 きゅうり 8 三温糖 2 濃口しょうゆ 0.8 きゅうり 1.5 ホールコーン 0.1 コチジャン 0.2 でんぶん 0.3 631・767	精白米 70 米粒麦(大麦) 7 ベーコン 8 たまねぎ 30 にんじん 15 ホールコーン 10 カットわかめ 0.5 キャットねぎ 1.5 洋風だし(素) 1 天塩 0.35 白こしょう 0.02 米粉 2 生クリーム 3 高野豆腐(角切り) 4 イカ 4 白ワイン 1.5 調整豆乳 17.5 濃口しょうゆ 2.2 揚げ油(大豆油) 2.5 本みりん 1 濃口しょうゆ 2.3 おろしにんじん 0.3 でんぶん 0.2 水 2 ツイストマカロニ 5 キャベツ 20 きゅうり 8 ホールコーン 0.1 コチジャン 0.2 イタリンドレッシング 5 アセロラゼリー 40 602・793	精白米 70 米粒麦(大麦) 7 たまねぎ 30 だいこん 20 カットえのき 20 木綿豆腐 5 カットわかめ 0.2 キャットねぎ 1.5 洋風だし(素) 1 天塩 0.35 白こしょう 0.02 米粉 2 生クリーム 3 高野豆腐(角切り) 4 イカ 4 白ワイン 1.5 調整豆乳 17.5 濃口しょうゆ 2.2 揚げ油(大豆油) 2.5 本みりん 1 濃口しょうゆ 2.3 おろしにんじん 0.3 でんぶん 0.2 水 2 ツイストマカロニ 5 キャベツ 20 きゅうり 8 ホールコーン 0.1 コチジャン 0.2 イタリンドレッシング 5 アセロラゼリー 40 608・753	精白米 70 米粒麦(大麦) 7 たまねぎ 30 だいこん 20 カットえのき 20 木綿豆腐 5 カットわかめ 0.2 キャットねぎ 1.5 洋風だし(素) 1 天塩 0.35 白こしょう 0.02 米粉 2 生クリーム 3 高野豆腐(角切り) 4 イカ 4 白ワイン 1.5 調整豆乳 17.5 濃口しょうゆ 2.2 揚げ油(大豆油) 2.5 本みりん 1 濃口しょうゆ 2.3 おろしにんじん 0.3 でんぶん 0.2 水 2 ツイストマカロニ 5 キャベツ 20 きゅうり 8 ホールコーン 0.1 コチジャン 0.2 イタリンドレッシング 5 アセロラゼリー 40 600・777	精白米 70 米粒麦(大麦) 7 たまねぎ 30 だいこん 20 カットえのき 20 木綿豆腐 5 カットわかめ 0.2 キャットねぎ 1.5 洋風だし(素) 1 天塩 0.35 白こしょう 0.02 米粉 2 生クリーム 3 高野豆腐(角切り) 4 イカ 4 白ワイン 1.5 調整豆乳 17.5 濃口しょうゆ 2.2 揚げ油(大豆油) 2.5 本みりん 1 濃口しょうゆ 2.3 おろしにんじん 0.3 でんぶん 0.2 水 2 ツイストマカロニ 5 キャベツ 20 きゅうり 8 ホールコーン 0.1 コチジャン 0.2 イタリンドレッシング 5 アセロラゼリー 40 646・827	精白米 70 米粒麦(大麦) 7 たまねぎ 30 だいこん 20 カットえのき 20 木綿豆腐 5 カットわかめ 0.2 キャットねぎ 1.5 洋風だし(素) 1 天塩 0.35 白こしょう 0.02 米粉 2 生クリーム 3 高野豆腐(角切り) 4 イカ 4 白ワイン 1.5 調整豆乳 17.5 濃口しょうゆ 2.2 揚げ油(大豆油) 2.5 本みりん 1 濃口しょうゆ 2.3 おろしにんじん 0.3 でんぶん 0.2 水 2 ツイストマカロニ 5 キャベツ 20 きゅうり 8 ホールコーン 0.1 コチジャン 0.2 イタリンドレッシング 5 アセロラゼリー 40 649・783

※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。

19(金)	22(月)	22(月) 小学校A	23(火)	24(水)	25(木) がんばれかにっこ！献立	26(金)	29(月)	30(火)	31(水)
牛乳 煮こはん ゆばのすまし汁 ササのみそネーズがけ 筑前煮 生ハイン	牛乳 コッペパン アルファベットスープ ウィンナーのトマトソース にんじんサラダ 玉葱ドレッシング ももゼリー	牛乳 コッペパン 焼きそば ウィンナーのトマトソース にんじんサラダ 玉葱ドレッシング ももゼリー	牛乳 煮こはん もずく汁 サバのごまだれがけ きんぴらごぼろ	牛乳 煮こはん お粥のみそ汁 チキンチキンごぼろ ゆかりあえ	牛乳 煮こはん 五目ごはん ちくわのお茶天ぷら キャベツの磯香あえ 卓上しようゆ 焼プリンタルト	牛乳 煮こはん 白みそ汁 ハンバーグの和風おろしソース 洋風わかめスープ 鶏肉の照り焼きソース シャキシャキサラダ ごまドレッシング	牛乳 食パン ブルーベリージャム 洋風わかめスープ 鶏肉の照り焼きソース シャキシャキサラダ ごまドレッシング	牛乳 煮こはん 木綿豆腐 シシヤモの米粉揚げ チンゲン菜サラダ 中華ドレッシング	牛乳 煮こはん なめこのみそ汁 豚肉の生葉焼き ひじきの炒め煮
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 しめじ 8 木綿豆腐 20 糸かまぼこ 5 カットわかめ 0.2 冷凍ゆば 3.5 カットわかめ 0.5 フレーク卵(だし用) 2.5 薄口しょうゆ 3 天塩 0.15 ウインナー 40 サケ 50 清酒 2 濃口しょうゆ 2.8 三温糖 0.2 米粉 0.2 白みそ 2 ハンモックマヨネーズ 3 粉辛子 0.04 水 4 鶏もも切込み 10 乱切りごぼろ 15 たけのこ水蒸(ホール) 15 にんじん 10 角こんにやく 10 さやいんげん 5 米ぬか油 0.5 濃口しょうゆ 2.3 三温糖 1.2 清酒 1 本みりん 1 和風だし(素) 0.4 生ハイン 40	コッペパン 55 ボンレスハム 8 たまねぎ 20 キャベツ 20 ホールコーン 5 アルファベットマカロニ 3.5 チキンコンソメ 1.5 薄口しょうゆ 0.5 天塩 0.18 乾燥バセリ 0.05 ウインナー 40 トマケチャップ 3 トマトビュレ 4 ウインナー 40 トマケチャップ 3 トマトビュレ 4 ウスターソース 1.4 三温糖 0.3 でんぶん 1 三温糖 0.1 水 25 緑豆もやし 25 きゅうり 8 にんじん 25 緑豆もやし 20 玉葱ドレッシング 5 ももゼリー 50 水 25 白ごま 1 にんじん 1 きゅうり 8 にんじん 25 千切りごぼろ 30 にんじん 10 つきこんにやく 4 つき赤こんにやく 4 さやいんげん 5 米ぬか油 0.5 濃口しょうゆ 2.3 三温糖 1.8 本みりん 1.5 和風だし(素) 0.5	コッペパン 55 焼きそばめん 55 たまねぎ 15 たまねぎ 20 にんじん 10 木綿豆腐 20 白かまぼこ 40 米ぬか油 0.5 ウスターソース 12 フレーク卵(だし用) 2.5 薄口しょうゆ 3 きざみしょうゆ 0.5 おあそ粉 0.15 ウインナー 40 サバ 15 清酒 50 おろししょうゆ 0.3 濃口しょうゆ 2.3 乱切りごぼろ 25 でんぶん 1 本みりん 3 清酒 1 水 4.5 三温糖 2 白ごま 1 清酒 1 キャベツ 30 にんじん 8 刻みりのり 0.3 すりごま 2 おろししょうゆ 1.5 ゆかり粉 0.6 卓上しようゆ 1.8	精白米 70 米粒麦(大麦) 7 たまねぎ 15 だいこん 25 だいこん 20 さきかきごぼろ 15 干し椎茸 0.8 油揚げ 4 油揚げ 4 カットわかめ 0.2 玉目切りこんにやく 5 米ぬか油 0.5 濃口しょうゆ 4.5 清酒 8 三温糖 2 和風だし(素) 0.8 濃口しょうゆ 2.3 三温糖 0.2 おろししょうゆ 0.1 大根おろし 7 でんぶん 0.3 水 1 ベーキングパウダー 0.2 粉茶 2 揚げ油(大豆油) 2 キャベツ 30 小松菜 12 にんじん 8 刻みりのり 0.3 すりごま 2 おろししょうゆ 1.5 ゆかり粉 0.6 卓上しようゆ 1.8 焼プリンタルト 30	アルファ化米 55 水 88 鶏もも切込み 15 にんじん 10 たまねぎ 10 カットえのき 10 干し椎茸 0.8 木綿豆腐 20 油揚げ 4 油揚げ 4 カットわかめ 10 玉目切りこんにやく 5 米ぬか油 0.5 濃口しょうゆ 4.5 清酒 8 三温糖 2 和風だし(素) 0.8 濃口しょうゆ 2.3 三温糖 0.2 おろししょうゆ 0.1 大根おろし 7 でんぶん 0.3 水 1 ベーキングパウダー 0.2 粉茶 2 揚げ油(大豆油) 2 キャベツ 30 小松菜 12 にんじん 8 刻みりのり 0.3 すりごま 2 おろししょうゆ 1.5 ゆかり粉 0.6 卓上しようゆ 1.8 焼プリンタルト 30	精白米 70 米粒麦(大麦) 7 たまねぎ 25 にんじん 10 たまねぎ 10 さきかきごぼろ 15 干し椎茸 0.8 木綿豆腐 20 油揚げ 4 油揚げ 4 カットわかめ 10 玉目切りこんにやく 5 米ぬか油 0.5 濃口しょうゆ 4.5 清酒 8 三温糖 2 和風だし(素) 0.8 濃口しょうゆ 2.3 三温糖 0.2 おろししょうゆ 0.1 大根おろし 7 でんぶん 0.3 水 1 ベーキングパウダー 0.2 粉茶 2 揚げ油(大豆油) 2 キャベツ 30 小松菜 12 にんじん 8 刻みりのり 0.3 すりごま 2 おろししょうゆ 1.5 ゆかり粉 0.6 卓上しようゆ 1.8 焼プリンタルト 30	精白米 70 米粒麦(大麦) 7 ブルーベリージャム 15 たまねぎ 25 ボンレスハム 10 たまねぎ 30 ホールコーン 10 おろしにんじん 1.5 カットわかめ 0.5 たまねぎ 2.5 チキンコンソメ 1.5 干し椎茸 0.3 天塩 0.15 ハンバーグ 60 濃口しょうゆ 2.3 三温糖 1.5 おろししょうゆ 0.1 濃口しょうゆ 2.5 中華風だし(素) 1 豆板醤 0.4 清酒 1 三温糖 2 でんぶん 0.25 水 4 緑豆もやし 25 千切りごぼろ 15 おろししょうゆ 0.6 ごまドレッシング 5 水 4 シシヤモ 24 きゅうり 10 おろししょうゆ 0.6 にんじん 10 つきこんにやく 2 つき赤こんにやく 2 つきいんげん 4 さやいんげん 5 米ぬか油 0.5 濃口しょうゆ 2 ホールコーン 3 清酒 1.2 本みりん 1 和風だし(素) 0.7	精白米 70 米粒麦(大麦) 7 たまねぎ 15 だいこん 110 たまねぎ 20 水煮なめこ 8 冷凍厚揚げ 20 カットわかめ 5 たまねぎ 20 煮干し(だし用) 2.5 にんじん 15 赤みそ 3 白みそ 4 豚肉 50 清酒 1.5 でんぶん 6 濃口しょうゆ 2.8 三温糖 1.3 本みりん 0.4 清酒 1 水 2 おろししょうゆ 0.6 にんじん 10 つきこんにやく 8 つき赤こんにやく 5 つきいんげん 4 さやいんげん 5 米ぬか油 0.5 濃口しょうゆ 2 三温糖 1.5 清酒 1.2 本みりん 1 和風だし(素) 0.7		

※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。