

2025年

3月

こんだて



笑顔の学校

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。

さむ すこ やわ
寒さも少しずつ和らいできましたね。

いま すこ
今のクラスで食べる給食もあと少しになりました。

この きゅうしやく じかん たの す
残りの給食の時間も、楽しく過ごしてくださいね。

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、可見市、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。
※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

3日(月)

クラスでおかかをあえよう。

◎なばなのおかかあえ

○ひしもち

たきこみ ちらしずし

ぶたにくと ころやどうふの あげがらめ

ひなまつり献立

4日(火)

さつまいもいりきんぴら

◎(中)おいゆい ケーキ

◎(小)はちみつ レモンゼリー

サワラの みそネズかけ

(中)ごまお

(小)むぎごはん (中)せきはん

ふのすましじる

中学校お祝い献立

5日(水)

◎ちゅうかサラダ

シシャモフライ

むぎごはん とうふチゲ

6日(木)

◎だいこんサラダ

ソフトめん

ミートソース チョコタフィ

7日(金) 小学校のみ

かおりたくあんあえ

れんこんのいそからあげ

むぎごはん おやこに

10日(月)

◎ごぼうサラダ

チョコ クリーム

とりにくのマーメイドソース

しょくパン トマトスープ

11日(火)

◎キャベツサラダ

◎なまパン

ポークカレー イカの コロコロあげ

土田小リクエスト献立

12日(水)

つぼづけあえ

ひじき ふりかけ

サバのおろしあんかけ

むぎごはん けんちんじる

13日(木) 小学校のみ

◎こまつなごまあえ

◎ヨーグルト

うどん

みそうどんのしる かきあげ

14日(金)

ひじきのために

サケのたまねぎだれ

むぎごはん とりごぼうじる

17日(月)

◎かぼちゃサラダ

ほうれんそうオムレツ

くる コッパン ビーフシチュー

18日(火)

◎キャベツのいそかあえ

ぶたにくのしょうがやき

むぎごはん あつあげのみそじる

歯の日献立

19日(水)

◎きゅうりの しおこんぶサラダ

◎デコボン

ユーリンチー

むぎごはん ワンタンスープ

がんばれかにっこ！献立

20日(木)

春分の日

21日(金)

◎きりぼしだいこんの ハリハリづけ

◎(小)おいゆい ケーキ

◎(中)はちみつ レモンゼリー

プリのてりやき

(小)ごまお (中)むぎごはん

はるのすましじる

小学校お祝い献立

24日(月)

◎ブロッコリーサラダ

ミルク (コーヒーあじ)

カレーピラフ ハンバーグ デミグラスソース

25日(火) 中学校のみ

◎まめまめサラダ

◎きよみ オレンジ

きなこ あげパン にくだんごの トマトスープに

【今月のモリモリキング】

◆可児の手作りみそ

◆里芋

◆きゅうり(19日のみ)

かにしきん 可見市産だよ

がんばれかにっこ！献立

きゅうりの しおこんぶ 塩昆布サラダ

可見市産のきゅうりが 入ったサラダです。

笑顔の"もと"

この一年、みなさんが おおきく成長できたのも食べ物のおかげです。感謝の気持ちをもって食べましょう。

はるやす ちゅうも 春休み中も！

朝ごはん 食べよう！

4月

4月9日(水)

◎にんじんの ごまあえ

とりにくのてりやき

むぎごはん じゃがいもの しろみそじる

令和7年度、最初の献立です。

ご卒業 おめでとうございます

学校給食は、みなさんが元気に成長できるように栄養のことを考えて作っています。自分の食生活を振り返り、これからも元気に充実した毎日を過ごしてくださいね。

2025年3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。

3(月)	4(火) 中学校お祝い献立		5(水)	6(木)	7(金)	10(月)	11(火)	12(水)	13(木)	14(金)
ひなまつり献立	小学校	中学校			小学校のみ		土田小リクエスト献立		小学校のみ	
牛乳 たきこみちらし 豚肉と野菜豆腐の揚げ なばなのおかかあえ 卓上しようゆ ひしもち	牛乳 麦ごはん ふのすまし汁 サワラのみそネーズがけ さつまいも入りきんぴら はちみつレモンゼリー	牛乳 赤飯 ごま塩 ふのすまし汁 サワラのみそネーズがけ さつまいも入りきんぴら お祝いケーキ	牛乳 麦ごはん 豆腐チゲ シシモフライ 中華サラダ 棒々鶏ドレッシング	牛乳 ソフト麺 ミートソース チョコチャップ 大根サラダ イタリアンドレッシング	牛乳 麦ごはん 親子煮 蓮根の磯から揚げ かおりたくあんあえ	牛乳 食パン チョコクリーム トマトスープ 鶏肉のマーマレードソース ごまドレッシング	牛乳 麦ごはん ボーケカレー イカのコロコロ揚げ キャベツサラダ 玉葱ドレッシング 生パン	牛乳 麦ごはん ひじきふりかけ けんらん汁 サバのおろしあんかけ つば漬けあえ	牛乳 うどん みそうどんの汁 かき揚げ 小松菜のごまあえ 卓上しようゆ ヨーグルト	牛乳 麦ごはん 鶏ごぼろ汁 サケの玉ねぎだれ 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	牛乳(飲用) 206
アルファ化米 55 水 80 サクフレック 15 にんじん 10 れんこんカット 5 干し椎茸 0.8 油揚げ 2 むき枝豆 10 米ぬか油 0.5 薄口しょうゆ 3.5 清酒 2 米酢 10 三温糖 3 和風だし(煮) 0.7 天塩 0.3	精白米 70 米粒麦(大麦) 7 ごま塩 1 しめじバラ 8 だいこん 15 木綿豆腐 20 白かまぼこ 0.15 カットわかめ 0.15 麵 5 フレーク(だし用) 2.5 薄口しょうゆ 3 天塩 0.15 サワラ 50 ノンエッグマヨネーズ 0.8	精白米 80 米粒麦(大麦) 7 ごま塩 1 豚ひき肉 25 ソフトウイン 20 豚ひき肉 25 冷凍豆腐 35 オリブオイル 5 おろしにんにく 0.3 トマトピューレ 1 ウスターソース 5 和風だし(煮) 2.2 三温糖 0.4 洋風だし(煮) 0.8 天塩 0.1	精白米 70 米粒麦(大麦) 7 豚ひき肉 25 にんじん 15 たまねぎ 50 にんじん 15 たまねぎ 45 干し椎茸 1 白かまぼこ 8 キャベツ 12 高野豆腐 千切り 5.5 薄口しょうゆ 30 液卵 7 でんぶん 5 和風だし(煮) 2.2 本みりん 1 薄口しょうゆ 4 天塩 0.15 乾燥バセリ 0.05	ソフト麺 80 食パン 7 チョコクリーム 15 トマトスープ 15 鶏肉のマーマレードソース 7 ごまドレッシング 15	精白米 70 米粒麦(大麦) 7 食パン 7 チョコクリーム 15 豚もも切込み 20 にんじん 20 たまねぎ 45 にんじん 15 たまねぎ 45 キャベツ 12 オリブオイル 0.5 高野豆腐 千切り 5.5 薄口しょうゆ 30 オリーブオイル 0.1 チキンコンソメ 1.5 にんじん 15 小麦粉 20 米ぬか油 3.9 カレー粉 0.5 天塩 0.05	食パン 55 精白米 70 米粒麦(大麦) 7 チョコクリーム 15 豚ももスライス 18 ひじきふりかけ 1.3 豚ももスライス 18 おろししょうが 0.6 おろしにんにく 0.4 キャベツ 12 オリブオイル 0.5 おろしにんにく 0.1 じゃがいも(皮むき) 35 にんじん 1.5 木綿豆腐 15 カットわかめ 5 本みりん 1 薄口しょうゆ 2 ヨーグルト 1 天塩 0.2	精白米 70 米粒麦(大麦) 7 うどん 70 たまねぎ 25 干し椎茸 0.8 白菜 25 白かまぼこ 5 油揚げ 4 カットわかめ 1.5 フレーク(だし用) 2.5 薄口しょうゆ 3 薄口しょうゆ 2.5 天塩 0.15	精白米 80 米粒麦(大麦) 7 たまねぎ 18 鶏もも切込み 15 干し椎茸 0.8 ささがきごぼう 15 白菜 25 たまねぎ 20 白かまぼこ 5 油揚げ 4 フレーク(だし用) 2.5 薄口しょうゆ 1.5 薄口しょうゆ 2.5 清酒 1 本みりん 1 天塩 0.2	精白米 70 米粒麦(大麦) 7 うどん 80 たまねぎ 25 鶏もも切込み 15 ささがきごぼう 15 たまねぎ 20 油揚げ 4 キャベツ 2.5 薄口しょうゆ 1.5 薄口しょうゆ 3 天塩 0.2	
小692 kcal・中840 kcal	693	870	632・795	649・843	653	617・753	682・875	631・799	710	641・820

※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。

17(月)	18(火)	19(水)	21(金) 小学校お祝い献立		24(月)	25(火)		4月9日(水)
	歯の日献立	がんばれれっこっ！献立	小学校	中学校		中学校のみ		
牛乳 黒コッパン ビーフンチュー ほうれん草オムレツ かぼちゃサラダ マヨネーズ	牛乳 麦ごはん 豚厚げのみそ汁 豚肉の生姜焼き キャベツの磯香あえ 卓上しようゆ	牛乳 麦ごはん ワンタンスープ ユウリンチー きゅうりの塩昆布サラダ 中華ドレッシング デコポン	牛乳 赤飯 ごま塩 ふのすまし汁 プリの照り焼き 切干大根のハリハリ漬 和風ドレッシング お祝いケーキ	牛乳 麦ごはん 春のすまし汁 プリの照り焼き 切干大根のハリハリ漬 和風ドレッシング はちみつレモンゼリー	牛乳 カレーピラフ ハンバーグデミグラスソース ブロccoliーサラダ ごまドレッシング ミルク(ローヒー味)	牛乳 きなこ揚げパン 肉団子のトマトスープ煮 まめ豆サラダ ソイドレッシング 清見オレンジ		牛乳 麦ごはん じゃがいも(皮むき)の白みそ汁 鶏肉の照り焼き にんじんのごまあえ 卓上しようゆ
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
黒コッパン 55 米ぬか油 0.5 おろしにんにく 0.6 おろししょうが 0.3 たまねぎ 12 にんじん 40 じゃがいも(皮むき) 30 マッシュルーム スライス 18 デミグラスソース 18 トマトケチャップ 8 ダイストマト 13 ウスターソース 2.5 赤ワイン 1.5 洋風だし(煮) 2 天塩 0.05 白こししょう 0.02 三温糖 0.3	精白米 70 米粒麦(大麦) 7 だいこん 15 たまねぎ 15 カットえのき 5 冷凍厚揚げ 20 カットわかめ 0.2 カツネギ 5 煮干し(だし用) 2.5 可児の手作りみそ 1 豚ロース 50 清酒 1.5 でんぶん 2 薄口しょうゆ 2.8 三温糖 1.3 本みりん 1 清酒 1 おろししょうが 0.6 でんぶん 0.2 水 4.5	精白米 70 米粒麦(大麦) 7 ごま塩 1 ボンレスハム 8 にんじん 5 たまねぎ 15 白菜 20 ワンタン麺 2 にら 3 中華風だし(煮) 2.5 ガラスープ 10 薄口しょうゆ 2 天塩 0.2	精白米 80 米粒麦(大麦) 7 ごま塩 1 カットえのき 8 だいこん 20 木綿豆腐 20 冷凍なばな 5 桜型かまぼこ 5 カツネギ 5 フレーク(だし用) 2.5 薄口しょうゆ 2.5 天塩 0.15	ソフト麺 80 食パン 7 たまねぎ 7 にんじん 10 カットウインナー 18 マッシュルーム スライス 5 赤パプリカ 5 米ぬか油 0.5 チキンコンソメ 1.2 白ワイン 2 薄口しょうゆ 0.8 カレー粉 0.5 天塩 0.4 清酒 1.5 白こししょう 0.02	食パン 7 チョコクリーム 15 たまねぎ 45 にんじん 15 たまねぎ 45 キャベツ 12 オリブオイル 0.5 高野豆腐 千切り 5.5 薄口しょうゆ 30 オリーブオイル 0.1 じゃがいも(皮むき) 35 にんじん 1.5 小麦粉 20 米ぬか油 3.9 カレー粉 0.5 天塩 0.05	食パン 55 精白米 70 米粒麦(大麦) 7 チョコクリーム 15 豚ももスライス 18 ひじきふりかけ 1.3 豚ももスライス 18 おろししょうが 0.6 おろしにんにく 0.4 キャベツ 12 オリブオイル 0.5 おろしにんにく 0.1 じゃがいも(皮むき) 35 にんじん 1.5 木綿豆腐 15 カットわかめ 5 本みりん 1 薄口しょうゆ 2 ヨーグルト 1 天塩 0.2		精白米 70 米粒麦(大麦) 7 たまねぎ 18 鶏もも切込み 15 干し椎茸 0.8 ささがきごぼう 15 白菜 25 たまねぎ 20 白かまぼこ 5 油揚げ 4 フレーク(だし用) 2.5 薄口しょうゆ 1.5 薄口しょうゆ 2.5 清酒 1 本みりん 1 天塩 0.2
634・800	624・795	640・811	670	859	604・742	769		600・766

※学校給食で使われている岐阜県産産物には、「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。