



令和7年度

4月 給食こんだて表

海津市学校給食センター

()内の数は(小・中)を表しています

小学校のエネルギー(kcal)は、3・4年生を基準としたものです

月	火	水	木	金
<p>令和7年度 海津市の食育テーマ</p> <p>いっしょに 野菜をたべよう</p>	<p>業者配送</p> <p>◆ 9日(水) お祝いデザート(小・中)</p> <p>◆ 10日(木) お祝いデザート(海特)</p>	<p>9 入学・進級祝い献立</p> <p>カラフルポテト とり肉のからあげ 黒パン 春野菜スープ</p> <p>お祝いデザート(小・中)</p> <p>牛乳</p> <p>エネルギー 小 632 kcal 中 780 kcal</p>	<p>10 お祝いデザート(海特)</p> <p>大根サラダ 焼きウインナー(2,2) 麦ごはん ポークカレー</p> <p>牛乳</p> <p>エネルギー 小 657 kcal 中 843 kcal</p>	<p>11</p> <p>青菜のおかかあえ さわらの塩こうじ焼き 麦ごはん とんじる</p> <p>牛乳</p> <p>エネルギー 小 554 kcal 中 710 kcal</p>
<p>14</p> <p>じゃがいもとツナのもの ししゃものからあげ(2,2) わかめごはん ゆばのすましる</p> <p>牛乳</p> <p>エネルギー 小 616 kcal 中 779 kcal</p>	<p>15</p> <p>キャベツともやしの昆布あえ とり肉のマヨネーズ焼き 麦ごはん 大根のみそしる</p> <p>牛乳</p> <p>エネルギー 小 570 kcal 中 730 kcal</p>	<p>16</p> <p>こんにやくサラダ ハンバーグケチャップソース 食パン 豆のポターージュ</p> <p>牛乳</p> <p>エネルギー 小 644 kcal 中 794 kcal</p>	<p>17</p> <p>ぶた肉と大根のもの あじの竜田あげ 麦ごはん みそけんちんじる</p> <p>牛乳</p> <p>エネルギー 小 623 kcal 中 795 kcal</p>	<p>18 食育の日</p> <p>明日はよいきゅうりの日</p> <p>きゅうりの赤しそあえ ぶた肉の南濃みかんソース 麦ごはん(委託) トマトと卵のスープ</p> <p>牛乳</p> <p>エネルギー 小 631 kcal 中 766 kcal</p>
<p>21</p> <p>ひじきと大豆のもの とり肉のみそがらめ 麦ごはん さわにわん</p> <p>牛乳</p> <p>エネルギー 小 657 kcal 中 836 kcal</p>	<p>22</p> <p>中華丼の具 あげぎょうざ(2,3) 野菜たっぷりメニュー 麦ごはん 豆腐のスープ</p> <p>牛乳</p> <p>エネルギー 小 594 kcal 中 793 kcal</p>	<p>23</p> <p>青菜とポテトのソテー さけのハーブ焼き 米粉パン コーンスープ</p> <p>牛乳</p> <p>エネルギー 小 583 kcal 中 727 kcal</p>	<p>24</p> <p>たけのこのきんぴら いかのおおさあげ 麦ごはん なめこじる</p> <p>牛乳</p> <p>エネルギー 小 586 kcal 中 749 kcal</p>	<p>25</p> <p>じゃがいものせんぎりサラダ オムレツ ソフトめん ミートソース</p> <p>牛乳</p> <p>エネルギー 小 715 kcal 中 906 kcal</p>
<p>28</p> <p>切り干し大根のそばろに さばのカレー焼き 麦ごはん 新玉ねぎとあつあげのみそしる</p> <p>牛乳</p> <p>エネルギー 小 620 kcal 中 791 kcal</p>	<p>29</p>	<p>30</p> <p>春キャベツのソテー 丸パン 春雨ときのこのスープ ソース メンチカツ</p> <p>牛乳</p> <p>エネルギー 小 602 kcal 中 738 kcal</p>	<p>今月の地場産物</p> <p>○海津市産 ・トマト・きゅうり・油あげ ・こめ・しいたけ ・南濃みかんジャム ○にしみの産 ・小松菜・もやし ・チンゲン菜・グリーンねぎ</p>	<p>今月の旬の食べもの</p> <p>○新たまねぎ ○みつば ○新じゃがいも ○にら ○春キャベツ ○わかめ ○たけのこ ○さわら ○グリーンアスパラガス</p>

給食時間の過ごし方

みんなが安心して、楽しく給食を食べられるよう、一人一人が安全や衛生に気をつけることが大切です。また、落ち着いて食べるための時間をしっかり確保できるように、協力して準備を行います。

給食当番の人は身支度をしっかり整え、協力して準備をしましょう。

- 髪の毛が出ていませんか?
- マスクから鼻と口が出ていませんか?
- エプロンや給食着は清潔ですか?
- 爪は短く切っていますか?
- 手をきれいに洗いましたか?
- 体調は悪くないですか?

当番以外の方は、机の上を片付け、室内の換気をするなど、食事にふさわしい環境を整えましょう。



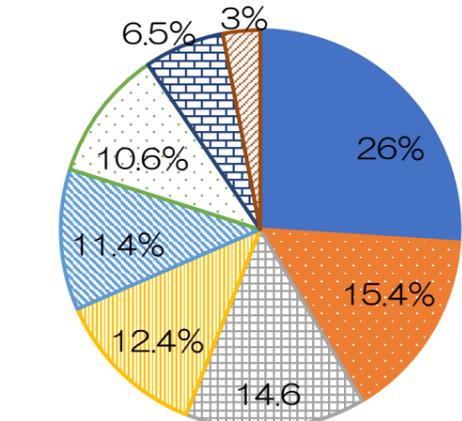
4月19日は「よいきゅうりの日」

よいきゅうりの日アンケート結果発表!!

令和6年度2月に給食のきゅうりについてアンケートを実施し、1054人から回答をいただきました。

- 第1位 きゅうりの赤しそあえ 274票
- 第2位 きゅうりのサラダ 162票
- 第3位 きゅうりのたくあんあえ 154票

たくさんの回答ありがとうございました。今年度は、1位に選ばれた「きゅうりの赤しそあえ」を、「よいきゅうりの日」より1日早い18日に提供します。



- きゅうりの赤しそあえ
- きゅうりのサラダ
- きゅうりとこんにやくのサラダ
- きゅうりの梅おかかあえ
- きゅうりのナムル
- きゅうりと米めんのサラダ

作ってみませんか 野菜たっぷりメニュー ~中華丼の具~

- 【材料】(4人分)
- 油 小さじ1/2
 - おろししょうが 小さじ1/2
 - 豚肉 80g
 - たまねぎ 1/2玉
 - にんじん 1/4本
 - 水煮たけのこ 40g
 - 干しいたけ 1/2個
 - キャベツ 100g
 - 酒 小さじ1
 - 鶏がらだし 小さじ1
 - 中華だし 小さじ1弱
 - しょうゆ 小さじ1と1/2
 - 塩 少々
 - こしょう 少々
 - 片栗粉 小さじ1
 - 水 40ml

【作り方】

- 豚肉は、食べやすい大きさに切り、酒で下味をつけておく。たまねぎはスライス、にんじん、たけのこは短冊切りにする。干しいたけは戻しておき、笠をスライスする。キャベツは、1cm幅に切る。
- 鍋に油を熱し、しょうがを香りが出るように火にかける。酒をふった豚肉を炒め、火が通ったらたまねぎ、にんじん、たけのこを加えて炒める。
- 干しいたけ、キャベツを加え、さらに炒める。具材に火が通ったら調味料、塩、こしょうで味を整える。
- 水溶性片栗粉でとろみをつけ、ご飯の上に盛り付ける。

ぼくたちがしているメニューには、海津市産の食材が使われているよ!

「野菜たっぷりメニュー」を給食センターで作る様子を紹介しています。

アクセスはこちら



※学校給食に使用され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、JAグループ、市町、県による助成が行われています。

※物資調達都合により、献立が変更になる場合があります。(給食センターから学校へは文書でお知らせしています。)

※エネルギー値は、日本食品標準成分表2020(八訂)の算出方法に基づいています。