

令和6年度 4月分 こんだてひょう

・学校給食は、岐阜県産の牛乳や米、小麦粉を使用しています。
 ・その他の食材も、できる限り県内産のものを使用しています。

| 日 | 曜 | 献立名 | | | | 小・エネルギー | 中・エネルギー |
|----|---|-----------------------------|----------------|------------------|-----------|------------|------------|
| | | 主食 | 主菜 | 副菜 | 副菜・その他 | 小・塩分 | 中・塩分 |
| 8 | 月 | 白ごはん | イカフリッター | コーンサラダ | ポークカレー | | |
| 9 | 火 | 中華麺 | 春巻 | ナムル | 醤油ラーメンスープ | 628 2.3 | 722 2.6 |
| 10 | 水 | 白ごはん | サワラの あけぼの焼き | 肉じゃが | 五目すまし汁 | 701 2.0 | 826 2.3 |
| 11 | 木 | 黒コッペパン | オムレツ | 海藻サラダ | クリームシチュー | 684 3.1 | 829 3.8 |
| 12 | 金 | 麦ごはん | 鶏肉のから揚げ | 五目きんぴら | 豆腐の味噌汁 | 681 2.4 | 849 2.9 |
| 15 | 月 | 麦ごはん | 揚げギョーザ | 麻婆豆腐 | わかめスープ | 681 2.2 | 822 2.4 |
| 16 | 火 | うどん | エビの天ぷら | ブロッコリーの おかか和え | 五目うどんの汁 | 625 2.4 | 719 2.7 |
| 17 | 水 | 白ごはん | サケの塩焼き | 五目豆 | 豚汁 | 600 1.8 | 710 2.1 |
| 18 | 木 | コッペパン | ハンバーグ | ポテトサラダ | コーンスープ | 684 2.9 | 809 3.5 |
| 19 | 金 | ☆ 郷土料理の日 ☆ 高知県の食材や料理を紹介します。 | | | | 619 | 776 |
| | | 麦ごはん | カツオの更紗揚げ | ピーマンの炒め物 | どろめ汁 | 2.5 | 2.9 |
| 22 | 月 | 麦ごはん | イカのカレー焼き | ひじきの煮付け | 沢煮汁 | 625 2.2 | 776 2.6 |
| 23 | 火 | ソフト麺 | かぼちゃサンドフライ | カラフルソテー | ミートソース | 769 2.1 | 899 2.4 |
| 24 | 水 | 白ごはん | 鶏肉の香味焼き | たけのこの土佐煮 | アサリの味噌汁 | 594 2.4 | 702 2.8 |
| 25 | 木 | 食パン | 白身魚フライ | かぼちゃサラダ | 春キャベツのスープ | 642 2.6 | 780 3.3 |
| 26 | 金 | ☆ 食育の日 ☆ ふるさと食材を紹介します。 | | | | 691 | 862 |
| | | 麦ごはん | 奥美濃風カレー | フライドポテト | キャベツサラダ | 2.1 | 2.5 |
| 30 | 火 | うどん | ホタテの天ぷら | おひたし | きつねうどんの汁 | 689 2.2 | 786 2.5 |

◎表示してある栄養価は、小学校中学年(3,4年生)と中学生のものです。文部科学省の学校給食摂取基準は、小学校中学年(3,4年生)エネルギー650kcal・食塩2g未満です。中学校は、エネルギー830kcal・食塩2.5g未満です。子ども園・保育園は、麦ごはんではなく、白ごはんです。栄養価は、小学校の0.8倍を目安にしています。
 ◎牛乳は毎日つきます。◎都合により、献立を変更する場合があります。 ◎ ※は業者の配送となります。
 ◎「学校給食地産地消推進事業」では、安全でおいしい岐阜県のお米や野菜を使った給食を食べてもらうことで、農業のことを学んでもらいたいと考えています。
 ◎学校給食で使用する米・麦・一部大豆・野菜については、学校給食地産地消推進事業により、県・町・JAグループから補助をうけています。
 ◎毎月19日は「食育の日」です。この日は、岐阜県や北方町産の「ふるさと食材」の使用を予定しています。

入学・進級おめでとう

北方町給食調理場

うらかな春の日差しのもと、新入生を迎え、新年度が始まりました。学校給食は、栄養バランスのとれた食事子どもたちの健やかな成長を支えるために、さまざまなことを学ぶ教材となるものです。岐阜県産や北方町産の食材を大切に取入れながら、安全や衛生に配慮し、おいしい給食を提供できるよう職員一丸となって取り組んでまいります。学校給食へのご理解、ご協力のほど、よろしくお願い致します。



給食には、たくさんの学びが詰まっています



北方町の学校給食で心がけていること

- ・学校給食摂取基準を満たし、成長期の児童生徒に適した献立を作成する。
- ・北方町産や岐阜県産のふるさと食材を積極的に取り入れる。
- ・日本の食文化を大切に食材や行事食を取り入れる。
- ・岐阜県の食に関わる重要課題である野菜摂取量の増加と減塩を目指す。
- ・煮る、焼く、蒸す、炒める等、様々な調理法を組み合わせ、バラエティーに富んだ食事内容にする。
- ・衛生管理を徹底して、安全な給食を提供する。



| 【旬の食材】 | 献立紹介『 たけのこの土佐煮 』～おすすめ朝食メニュー～ | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|--|-----------|-------|------------|--|----------|-----------|------------|----------|----------|--|---------------|--|-------|--|---|--|------------|--|
| キャベツ じゃがいも たけのこ わかめ カツオ など | <table border="1"> <tr> <th>＜材料(4人分)＞</th> <th>＜作り方＞</th> </tr> <tr> <td>たけのこ水煮 80g</td> <td rowspan="5"> ① たけのこ水煮、にんじんは いちちょう切りにする。 ② こんにやくは短冊切りにし て、下ゆでする。 ③ さやいんげんは 2 cm幅に切 り、下ゆでする。 ④ 鍋にAの調味料と水を少々 入れ、煮立て、①、②を入 れて煮る。 ⑤ ④に火が通ったら、③を入 れ、一煮立ちしたら、かつ お節を加える。 </td> </tr> <tr> <td>にんじん 40g</td> </tr> <tr> <td>こんにやく 30g</td> </tr> <tr> <td>さやいんげん 20g</td> </tr> <tr> <td>上白糖 小さじ1</td> </tr> <tr> <td>【ふるさと食材】</td> <td></td> </tr> <tr> <td>米 小麦 牛乳 豚肉 など</td> <td></td> </tr> <tr> <td>【行事食】</td> <td></td> </tr> <tr> <td>19日 高知県の紹介 (カツオ、ピーマン) ※高知県の宿毛市は、 北方町の友好交流都市です。</td> <td></td> </tr> <tr> <td>26日 食育の日献立</td> <td></td> </tr> </table> | ＜材料(4人分)＞ | ＜作り方＞ | たけのこ水煮 80g | ① たけのこ水煮、にんじんは いちちょう切りにする。 ② こんにやくは短冊切りにし て、下ゆでする。 ③ さやいんげんは 2 cm幅に切 り、下ゆでする。 ④ 鍋にAの調味料と水を少々 入れ、煮立て、①、②を入 れて煮る。 ⑤ ④に火が通ったら、③を入 れ、一煮立ちしたら、かつ お節を加える。 | にんじん 40g | こんにやく 30g | さやいんげん 20g | 上白糖 小さじ1 | 【ふるさと食材】 | | 米 小麦 牛乳 豚肉 など | | 【行事食】 | | 19日 高知県の紹介 (カツオ、ピーマン) ※高知県の宿毛市は、 北方町の友好交流都市です。 | | 26日 食育の日献立 | |
| ＜材料(4人分)＞ | ＜作り方＞ | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| たけのこ水煮 80g | ① たけのこ水煮、にんじんは いちちょう切りにする。 ② こんにやくは短冊切りにし て、下ゆでする。 ③ さやいんげんは 2 cm幅に切 り、下ゆでする。 ④ 鍋にAの調味料と水を少々 入れ、煮立て、①、②を入 れて煮る。 ⑤ ④に火が通ったら、③を入 れ、一煮立ちしたら、かつ お節を加える。 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| にんじん 40g | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| こんにやく 30g | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| さやいんげん 20g | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 上白糖 小さじ1 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 【ふるさと食材】 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 米 小麦 牛乳 豚肉 など | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 【行事食】 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 19日 高知県の紹介 (カツオ、ピーマン) ※高知県の宿毛市は、 北方町の友好交流都市です。 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 26日 食育の日献立 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

