

月	火	水	木	金
<p>* いい歯の日は歯に良い食材や噛みごたえのある料理が登場します。 * 材料の都合により、献立内容を変更する場合があります。 * 海(川)でとれる物には、まれにエビやカニが混入していることがあります。 * 揚げ物に使用する油(キャノーラ油)は、一回限りの使い切りではありません。 * シンママ等の1尾魚は、魚卵を持つ</p>	<p>入学・進級おめでとう</p>	<p>8</p> <p>ふたにくのごまあげ こまつなのおかかあえ むぎごはん かまぼこのすましじる</p>	<p>9</p> <p>マーマレードチキン ひじきサラダ こくとうコッパン コンソメスープ</p>	<p>10</p> <p>ブルーベリーゼリー キャベツのソテー ケチャップライス しろみざかなフライ</p>
<p>13</p> <p>やきにく いためナムル むぎごはん トックスープ</p>	<p>14 お祝い献立</p> <p>おいわいデザート やきウィンナー コールスローサラダ こがたコッパン スパゲッティナポリタン</p>	<p>15</p> <p>サワラのからあげ はるやさいのにも むぎごはん じゃがいものみそじる</p>	<p>16</p> <p>ハンバーグのケチャップソースがけ だいこんサラダ しょくパン はるキャベツのスープ</p>	<p>17 食育の日</p> <p>サケのわかくさやき きのめみそあえ むぎごはん はるのかすみじる</p>
<p>20</p> <p>オレンジ ほうれんそうのソテー むぎごはん ポークカレー</p>	<p>21</p> <p>ちくわのいそべあげ(2こ) きんぴらごぼう うどん わかめうどんのつゆ</p>	<p>22</p> <p>ミンチとたまごのそぼろ きりぼしだいこんとツナのにも むぎごはん とうふのみそじる</p>	<p>23</p> <p>とりにくのレモンソースがけ にんじんサラダ こめこいりコッパン コンスープ</p>	<p>24</p> <p>ヨーグルト じゃがいものにも はるのこもくごはん キビナゴのからあげ</p>
<p>27</p> <p>あつあげのおこのみふうたれがけ だいこんのにも むぎごはん わかたけみそじる</p>	<p>28 いい歯の日</p> <p>ココアピーンズ かいそうサラダ ソフトめん ミートソース</p>	<p>29 昭和の日</p> <p>しょうわひ</p>	<p>30</p> <p>イカのハーブやき アスパラソテー しょうパン ラ・フランスジャム クリームシチュー</p>	<p>おいしい給食作ります!</p>
<p>今月の岐阜県産食材</p> <p>さといち 里芋 こまつな 小松菜 ほうれん草 きゅうり だいこん 大根 しいたけ</p>				<p>《お知らせ》</p> <p>令和8年度より、給食センターから提供する料理が一部提供できなくなったときに備えて、ふりかけ・ジャム(どちらもアレルギー28品目不使用)を常備することとしました。 当日に急遽提供する場合がありますので、ご承知おきください。</p>

にゅうがく しんきゅう  
ご入学・ご進級おめでとうございます

＜学校給食の内容＞

**主食** 米飯：岐阜県産のお米を100%使い、大麦を10%混ぜて炊いてあります。  
パン：岐阜県産の小麦粉を50%使用しています。  
麺：岐阜県産の小麦粉を100%使用した「うどん」と50%使用した「ソフト麺」、その他に「中華麺」「スパゲッティ」「焼きそば」などがあります。

**牛乳** 日本人に不足しがちなカルシウムを補給します。毎日200mlが1本つきます。

**副食** 旬の食材を取り入れ、和食・洋食・中華などいろいろな料理を作ります。

安全においしく給食を食べるための約束

<p>教室を換気し、給食に関係のないものは片付けましょう。</p> <p>★ホチキスの針や消しゴムのカスなど、給食に入らないようにしましょう。</p>	<p>手をせっけんできれいに洗いましょう。</p> <p>★清潔なハンカチやタオルを毎日持ってきましょう。</p>	<p>給食当番の配膳中は、席について静かに待ちましょう。</p> <p>★立ち歩き、ほこりが立ったり、ぶつかってこぼしたりするかもいけません。</p>
<p>姿勢よく、おわんは手に持って食べましょう。</p> <p>★足を組んだり、大笑いになったりしないようにしましょう。</p>	<p>食べやすい大きさにし、よくかんで食べましょう。</p> <p>★口に詰め込みすぎないように気をつけましょう。</p>	<p>食物アレルギーについて正しく理解しましょう。</p> <p>★誤って食べたりすると危険です。</p>

こんげつ しゅん しょくざい  
今月の旬の食材

《たけのこ》

春になると野山では「たけのこ」が顔をだします。「たけのこ」は、竹の幼い茎です。「たけのこ」を収穫するのは、芽を出してから少しの間だけで、その期間を過ぎるとかたくなり、さらに大きくなると竹になってしまいます。茹でてすぐの新鮮な「たけのこ」は、一年を通して今の時期しか食べることが出来ないのでも貴重です。

親子で料理してみましょう!

簡単お手軽料理やヘルシー料理などのレシピをロイロノートで紹介しています。  
【作ってみよう! レシピの場所】  
資料箱→各務原市(先生・児童生徒)→  
2その他のお知らせ→食育教育

作った感想はこちらへ

