

月	火	水	木	金
<p>9</p> <p>ぶどうゼリー ササミのたれかけ こまつなとしめじのびたし うどん わかめうどんのつゆ</p>	<p>10</p> <p>あつあげのにくみそかけ なののはなあえ むぎごはん ふのすましじる</p>	<p>11</p> <p>ミルク (コーヒー) ハンバーグのケチャップソース かいそうサラダ しょくパン はるキャベツスープ</p>	<p>12</p> <p>ミルクプリン アスパラソテー チキンライス しろみざかなフライ</p>	
<p>15 お祝い献立</p> <p>おいわいゼリー ほうれんそうのソテー むぎごはん ポークカレー</p>	<p>16</p> <p>はるまき きりぼしだいこんのごまナムル ちゅうかめん しょうゆラーメンのスープ</p>	<p>17</p> <p>とりにくのてりやき ひじきのいために むぎごはん あつあげとじゃがいものみそじる</p>	<p>18 いい歯の日</p> <p>イカのハーブやき はるキャベツのサラダ コッパン コーンクリームスープ</p>	<p>19 食育の日</p> <p>みしょうかん さわらのわかさやき たけのこのにも むぎごはん はるのかすみじる</p>
<p>22</p> <p>パイナップル はっほうさい むぎごはん ワンタンスープ</p>	<p>23</p> <p>ココアピーズ イタリアンサラダ ソフトめん ミートソース</p>	<p>24</p> <p>サケとたまごのそぼろ じゃがいものにも むぎごはん わかたけじる</p>	<p>25</p> <p>ハニーマスタードチキン アスパラサラダ いちごジャム こめこいりしょくパン ミネストローネ</p>	<p>26</p> <p>ヨーグルト きりぼしだいこんとほうれんそうのびたし ごもくごはん キピナゴのからあげ</p>
<p>29 昭和の日</p>	<p>30</p> <p>オレンジ ちくわのいそべあげ (2こ) だいずとれんこんのもの うどん さんさいうどんのつゆ</p>	<p>今月の岐阜県産食材</p> <p>地場産物を使っています</p> <p>こまつな ほうれんそう あつあげ ゆば だいこん</p> <p>岐阜県産の大豆を使って作られています</p>		<p>* いい歯の日は歯によ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、一回限りの使いきりではありません。 * シシヤモ等の1尾魚は、魚卵を持っていることがあります。</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『ハツシモ』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50%使用したソフト麺と100%使用のうどん、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。バラエティーに富んだ献立を提供します。

給食の決まり★食事のマナーを守りましょう

<p>給食の前に、机の上を片付けましょう</p>	<p>手をきれいに洗いましょう</p>	<p>給食当番は身支度を整え、健康チェックをしましょう</p>
<p>協力して準備をしましょう</p>	<p>全員の給食がそろったら、「いただきます」をしましょう</p>	<p>姿勢よく、持ち上げる食器は手に持って食べましょう</p>
<p>食べ物は、食べやすい大きさにして、よくかんで食べましょう</p>	<p>時間内に食べ終わるようにしましょう</p>	<p>食器は大切に扱いましょう</p>



伝えよう日本の味
《日本型食生活》

「日本型食生活」とは、お米を中心にして、魚・肉・大豆・海藻・野菜・いも・果物など、さまざまな食品を組み合わせた食事を日常的にすることで、栄養バランスがよく、日本人の平均寿命が長い理由とも言われています。「日本型食生活」を意識して、健康的な食生活を送りましょう。

《たけのこ》

春になると野山では「たけのこ」が顔をだしてきます。「たけのこ」は、竹の若い茎です。「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とても貴重です。

