

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>サクとたまごのそぼろ 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>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、持て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>食器は大切に扱きましょう</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でとても貴重です。

