2024年 5月　学校給食予定献立表

可児市学校給食センター

＊上段は献立名、分量は小学校分量、単位はすべて(g)です。

1(水)	2(木)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)
八十八夜献立	こどもの日献立		歯の日献立							
牛乳 麦ごはん けんちん汁 ちくわのお茶天ぷら 友禅ご飯の具 可児っこ大豆(はちみつ)	牛乳 たけのこごはん カツオとポテトの梅がらめ ひじきサラダ 青じそドレッシング ちまき	牛乳 麦ごはん 白みそ汁 ハンバーグ照り焼きソース キャベツの磯香あえ 卓上しょうゆ はちみつレモンゼリー	牛乳 麦ごはん ゆばのすまし汁 サワラのみそネーズがけ きんぴらごぼう 果汁グミ(青りんご味)	牛乳 ソフト麺 ミートソース ひじきポテト グリーンサラダ イタリアンドレッシング	牛乳 麦ごはん 中華スープ キビナゴの甘酢あん ホイコーロー	牛乳 黒食パン にんじんのポタージュ かぼちゃひき肉フライ シャキシャキサラダ ごまドレッシング	牛乳 麦ごはん 玉ねぎとじゃが芋のみそ汁 豚肉のコロコロ揚げ かおりたくあんあえ	牛乳 麦ごはん かきたま汁 サバの照り焼き ひじきとごぼうのみそ炒め 生パイン	牛乳 中華ピラフ 鶏肉のから揚げ 海藻サラダ 棒々鶏ドレッシング	牛乳 麦ごはん のりふりかけ ふのすまし汁 厚揚げの豚そぼろあんかけ たけのことツナの土佐煮 ももゼリー
牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206
精白米 70 米粒麦(大麦) 7 だいこん 25 ごぼう輪切り 8 干し椎茸 0.5 油揚げ 3 木綿豆腐 15 五目切りこんにゃく 5 カットねぎ 5 フレーク節(だし用) 2.5 薄口しょうゆ 4 天塩 0.15 ちくわ1/2カット 20 小麦粉 5 米粉 A 3 白川茶 0.3 揚げ油(大豆油) 4 角きざみのり 0.5 可児っこ大豆(はちみつ味) 8	アルファ化米 55 水 88 鶏もも切込み 15 にんじん 10 たけのこ 25 干し椎茸 0.8 油揚げ 4 米ぬか油 0.5 濃口しょうゆ 4.5 清酒 2 三温糖 0.8 和風だしの素 0.7 天塩 0.2 カツオ角切り 30 清酒 下味 1.2 おろししょうが 0.3 でんぷん 5 乱切りポテト 30 揚げ油(大豆油) 4.5 濃口しょうゆ 2.4 三温糖 タレ 2 本みりん 1.3 ねり梅 1.5 水 3	精白米 70 米粒麦(大麦) 7 だいこん 25 カットえのき 5 木綿豆腐 20 油揚げ 3 カットわかめ 0.2 カットねぎ 5 煮干し(だし用) 2.5 白みそ 8 ハンバーグ 60 濃口しょうゆ 2.1 三温糖 1.3 清酒 1.2 本みりん タレ 1.2 でんぷん 0.4 水 4.5 はちみつレモンゼリー 60	精白米 70 米粒麦(大麦) 7 しめじバラ 8 木綿豆腐 20 糸かまぼこ 5 カットわかめ 0.2 冷凍ゆば 3.5 カットねぎ 5 フレーク節(だし用) 2.5 薄口しょうゆ 4 天塩 0.15 サワラ 50 清酒 下味 2 濃口しょうゆ 0.8 三温糖 2.2 米酢 0.2 白みそ タレ 2.5 ノンエッグマヨネーズ 3 粉辛子 0.04 清酒 2 水 1 三温糖 1.6 本みりん 1.5 和風だしの素 0.5 果汁グミ(青りんご味) 12	ソフト麺 80 豚ひき肉 25 赤ワイン 1.5 たまねぎ 50 にんじん 15 オリーブオイル 0.5 おろしにんにく 0.3 トマトケチャップ 20 トマトピューレ 7 ウスターソース 5 濃口しょうゆ 2.2 三温糖 0.4 洋風だしの素 0.8 天塩 0.1 白こしょう 0.02 ロリエ 0.01 米粉 6 乱切りポテト 65 揚げ油(大豆油) 2.5 有塩バター 0.6 ひじきドライパック 5 濃口しょうゆ 1.2 本みりん タレ 2 水 0.6 あおさ粉 0.1	精白米 70 米粒麦(大麦) 7 糸かまぼこ 8 たまねぎ 30 にんじん 15 ホールコーン 8 カットわかめ 0.5 カットねぎ 5 中華風だしの素 1 ガラスープ 10 薄口しょうゆ 2 天塩 0.2 白こしょう 0.01 キビナゴ 35 清酒 下味 1.5 でんぷん 4 米粉 A 2 揚げ油(大豆油) 3 濃口しょうゆ 2 本みりん 1 三温糖 タレ 1.5 米酢 2.5 水 5	黒食パン 55 ベーコン 8 たまねぎ 30 にんじん 15 にんじんペースト 20 牛乳(調理用) 30 洋風だしの素 1.5 天塩 0.35 白こしょう 0.02 米粉 3.5 生クリーム 3 乾燥パセリ 0.05 かぼちゃひき肉フライ 40 揚げ油(大豆油) 4 [illegible] 25 [illegible] 17 [illegible] 8 [illegible] 5	精白米 70 米粒麦(大麦) 7 たまねぎ 25 じゃがいも 20 カットえのき 8 油揚げ 3 カットねぎ 5 煮干し(だし用) 2.5 赤みそ 4 白みそ 3 豚もも角切り 50 天塩 下味 0.1 清酒 1.5 おろししょうが 0.4 濃口しょうゆ 2.3 でんぷん 8 揚げ油(大豆油) 3.5	牛乳(飲用) 206 精白米 70 米粒麦(大麦) 7 たまねぎ 25 カットえのき 8 木綿豆腐 15 液卵 15 カットわかめ 0.2 カットねぎ 5 フレーク節(だし用) 2.5 濃口しょうゆ 3 天塩 0.2 でんぷん 0.5 サバ 50 清酒 下味 1.5 濃口しょうゆ 2.5 三温糖 1.5 本みりん タレ 1 清酒 1 でんぷん 0.3 水 4 三温糖 1.8 清酒 1.2 本みりん 1.5 和風だしの素 0.6 生パイン 40	牛乳(飲用) 206 アルファ化米 55 水 75 たまねぎ 25 にんじん 10 たけのこ水煮(短冊) 8 カットねぎ 5 むき枝豆 8 焼豚 15 米ぬか油 0.5 中華風だしの素 1.5 濃口しょうゆ 1 清酒 1.5 フレーク節(だし用) 2.5 天塩 0.3 白こしょう 0.02 鶏もも 50 清酒 下味 1.5 おろしにんにく 0.3 おろししょうが 1 濃口しょうゆ 2.3 三温糖 タレ 2.2 でんぷん 9 揚げ油(大豆油) 4 本みりん 1.2 清酒 1.2 和風だしの素 0.2 でんぷん 0.5 水 8	牛乳(飲用) 206 精白米 70 米粒麦(大麦) 7 のりふりかけ 2 しめじバラ 8 たまねぎ 20 糸かまぼこ 5 カットわかめ 0.15 麩 0.8 カットねぎ 5 フレーク節(だし用) 2.5 薄口しょうゆ 3.5 天塩 0.15 生揚げ 50 豚ひき肉 12 おろししょうが 0.6 濃口しょうゆ 3.8 三温糖 タレ 2.2 本みりん 1.2 清酒 1.2 和風だしの素 0.2 でんぷん 0.5 水 8 三温糖 1.2 清酒 1 本みりん 1 和風だしの素 0.5 ももゼリー 50
小640 kcal・中834 kcal	667・794	676・852	622・785	652・847	606・784	617・799	601・776	633・800	612・749	616・793

Aで衣をつくる。

ちくわに衣をつけて油で揚げる。

カツオに下味をつける。でんぷんをまぶして油で揚げる。

ポテトを油で揚げる。

タレを煮てからめる。

ハンバーグを焼く。タレを煮てかける。

サワラに下味をつけて、焼く。タレを煮てかける。

ポテトを油で揚げる。

タレを煮てからめる。

あおさ粉と和える。

キビナゴに下味をつける。

Aをまぶして油で揚げる。

タレを煮てかける。

かぼちゃひき肉フライを油で揚げる。

豚肉に下味をつける。でんぷんをまぶして、油で揚げる。

サバに下味をつけて、焼く。タレを煮てかける。

鶏肉に下味をつける。でんぷんをまぶして、油で揚げる。

生揚げを焼く。

タレを煮てかける。

※加工食品の詳しい成分等の情報が必要な方は、給食センターまでお問合せください。1人当たりの使用量は、小学校3・4年生の量です。中学校は1.3倍量です。

20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	27(月)	28(火)	29(水)	30(木)	31(金)
小学校A		がんばれかにっこ！献立							
牛乳 コッペパン トマトスープ サケのハーブソテー ポテトサラダ マヨネーズ	牛乳 小型コッペパン 焼きそば サケのハーブソテー ポテトサラダ マヨネーズ	牛乳 麦ごはん なめこのみそ汁 鶏肉のねぎソース つぼ漬けあえ オレンジ	牛乳 麦ごはん ポークカレー 可児茶豆 大根サラダ 玉葱ドレッシング	牛乳 ラーメン 豚骨ラーメンの汁 揚げギョウザ 切干大根の中華炒め 焼プリンタルト	牛乳 麦ごはん 鶏団子のけんちん汁 豚肉と高野豆腐の揚げがらめ キャベツのおかかあえ 卓上しょうゆ	牛乳 お茶コッペパン 春野菜のクリームシチュー イカのバーベキューソース まめ豆サラダ ソイドレッシング	牛乳 麦ごはん 厚揚げのみそ汁 豚肉の生姜焼き ゆかりあえ	牛乳 麦ごはん 麻婆豆腐 ホキのチリソース チンゲン菜サラダ 中華ドレッシング	牛乳 山菜ツナごはん チキンチキンごぼう 小松菜のごまあえ 卓上しょうゆ ヨーグルト	牛乳 麦ごはん もずく汁 アジのおろしあんかけ 新じゃがの煮物
牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206	牛乳(飲用) 206
コッペパン 55 カットウインナー 15 たまねぎ 25 にんじん 10 キャベツ 15 オリーブオイル 0.2 おろしにんにく 0.1 チキンコンソメ 1.5 ダイストマト 20 トマトケチャップ 1.5 天塩 0.15 サケ 50 白ワイン 1.5 天塩 下味 0.3 おろしにんにく 0.2 黒こしょう 0.02 レモン果汁 1 バジル粉 0.03 オレガノ 0.01 米粉 1 でんぷん A 4 オリーブオイル 1 米ぬか油 油 1 じゃがいも(皮むき) 30 きゅうり 15 にんじん 10 精製[illegible] 15 [illegible] 10 マヨ[illegible] 0.15 [illegible] 7	コッペパン 45 焼きそばめん 55 豚ももスライス 15 たまねぎ 10 にんじん 10 キャベツ 40 米ぬか油 0.5 ウスターソース 10 オイスターソース 1 天塩 0.25 中華風だしの素 1 きざみしょうが 0.5 あおさ粉 0.15 サケ 50 白ワイン 1.5 天塩 下味 0.3 おろしにんにく 0.2 黒こしょう 0.02 レモン果汁 1 バジル粉 0.03 オレガノ 0.01 米粉 1 でんぷん A 4 オリーブオイル 油 1 米ぬか油 1 じゃがいも(皮むき) 30 きゅうり 15 にんじん 10 精製[illegible] 15 [illegible] 10 マヨ[illegible] 0.15 [illegible] 7	精白米 70 米粒麦(大麦) 7 だいこん 18 たまねぎ 20 水煮なめこ 10 冷凍厚揚げ 18 煮干し(だし用) 2.5 赤みそ 3 白みそ 4 鶏もも角切り 50 清酒 下味 1.5 でんぷん 7 揚げ油(大豆油) 3 濃口しょうゆ 2.5 本みりん タレ 1.2 三温糖 1.8 米酢 3 トマトケチャップ 4.5 ウスターソース 4.5 濃口しょうゆ 1 おろしりんご 3 チャツネ 3 天塩 0.3 煎り大豆 12 三温糖 7 微粉末茶 A 0.4 米ぬか油 0.2 水 1.5	精白米 70 米粒麦(大麦) 7 豚ももスライス 18 米ぬか油 0.5 赤ワイン 1.5 おろしにんにく 0.6 おろしにんにく 0.4 たまねぎ 45 じゃがいも(皮むき) 35 豚骨スープの素 6 にんじん 15 小麦粉 5.5 米ぬか油 3.9 カレー粉 0.5 ロリエ 0.01 クミン 0.03 セロリ 0.01 ガラムマサラ 0.01 洋風だしの素 1.3 トマトケチャップ 4.5 濃口しょうゆ 1 おろしりんご 3 チャツネ 3 天塩 0.3 煎り大豆 12 三温糖 7 微粉末茶 A 0.4 米ぬか油 0.2 水 1.5	ラーメン 160 豚ももスライス 20 ホールコーン 8 緑豆もやし 20 キャベツ 20 カットねぎ 5 米ぬか油 0.5 中華風だしの素 1.2 豚骨スープの素 6 濃口しょうゆ 2 清酒 1 本みりん 0.5 おろしにんにく 0.2 天塩 0.15 白こしょう 0.02 ギョウザ 34 揚げ油(大豆油) 4 [illegible] 5 [illegible] 0 [illegible] 2 [illegible] 5 [illegible] 0.2 おろしにんにく 0.2 濃口しょうゆ 2.4 三温糖 1.2 清酒 1 中華風だしの素 0.3 ごま油 0.3 白ごま 1.5 焼プリンタルト 30	豚もも角切り 30 清酒 下味 1 でんぷん 4 高野豆腐 角切り 4 調整豆乳 A 17.5 でんぷん 7 揚げ油(大豆油) 2.5 濃口しょうゆ 2.5 三温糖 1.8 本みりん タレ 1.5 清酒 1 水 3 キャベツ 30 小松菜 12 にんじん 8 糸かつお 0.5 卓上しょうゆ 1.8	お茶コッペパン 55 ベーコン 8 たまねぎ 25 にんじん 15 じゃがいも(皮むき) 35 アスパラカット 5 ホールコーン 10 小麦粉 4.2 米ぬか油 2.8 牛乳(調理用) 30 洋風だしの素 1.2 天塩 0.35 白こしょう 0.02 生クリーム 5 イカ 50 白ワイン 下味 1.5 おろしにんにく 0.1 濃口しょうゆ 2.2 三温糖 1 本みりん タレ 1 おろしりんご 5 米酢 1 でんぷん 0.2 水 2	精白米 70 米粒麦(大麦) 7 だいこん 15 たまねぎ 15 カットえのき 5 冷凍厚揚げ 20 カットわかめ 0.2 カットねぎ 5 煮干し(だし用) 2.5 可児の手作りみそ 8 豚ロース 50 清酒 下味 1.5 でんぷん 6 濃口しょうゆ 2.8 三温糖 1.3 本みりん タレ 1 清酒 1 おろししょうが 0.6 でんぷん 0.2 水 4.5	牛乳(飲用) 206 精白米 70 米粒麦(大麦) 7 冷凍豆腐 110 豚ひき肉 15 清酒 1.5 おろしにんにく 0.5 おろししょうが 0.8 たまねぎ 20 [illegible] 15 [illegible] 2.5 [illegible] 8 [illegible] 1.2 三温糖 1.8 清酒 1.2 本みりん 1.5 和風だしの素 0.6 ホキ角切り 50 清酒 下味 1.5 でんぷん 6 米粉 A 1 揚げ油(大豆油) 4.5 トマトケチャップ 3.5 三温糖 タレ 1.5 濃口しょうゆ 1.2 豆板醤 0.2 おろしにんにく 0.1 でんぷん 0.2 水 3 緑豆もやし 40 チンゲン菜 20 ホールコーン 8 中華ドレッシング 5	牛乳(飲用) 206 アルファ化米 55 水 88 ツナ油漬 20 にんじん 10 山菜水煮 10 干し椎茸 0.8 油揚げ 4 五目切りこんにゃく 8 米ぬか油 0.5 濃口しょうゆ 4.5 清酒 2 三温糖 0.8 和風だしの素 0.7 天塩 0.2 鶏もも角切り 30 清酒 下味 1.2 おろししょうが 0.3 でんぷん 5 乱切りごぼう 25 でんぷん 3 揚げ油(大豆油) 4.5 濃口しょうゆ 2.5 三温糖 2 本みりん タレ 1 清酒 1 水 3	牛乳(飲用) 206 精白米 70 米粒麦(大麦) 7 だいこん 25 カットえのき 5 木綿豆腐 20 白かまぼこ 8 もずく 5 カットねぎ 5 フレーク節(だし用) 2.5 薄口しょうゆ 3.5 天塩 0.15 アジ 50 清酒 下味 2 おろししょうが 0.3 でんぷん 8 揚げ油(大豆油) 2 大根おろし 7 濃口しょうゆ 2.3 三温糖 1 本みりん タレ 1.5 でんぷん 0.15 水 4 和風だしの素 0.5
632・814		631・750	616・795	624・785	611・778	686・887	628・804			

サケに下味をつける。

Aを合わせた粉をまぶす。

油をひいて焼く。

今渡南小、春里小、旭小、南帷子小、今渡北小は、スープを焼きそばに変えます。

鶏肉に下味をつける。でんぷんをまぶして油で揚げる。

タレを煮てからめる。

Aを煮る。

煎り大豆を入れて、乾くまで弱火でよく混ぜる。

豚肉に下味をつける。でんぷんをまぶして油で揚げる。

高野豆腐は、温めたAに浸して戻す。でんぷんをまぶして油で揚げる。

タレを煮て、からめる。

ギョウザを油で揚げる。

イカに下味をつけて焼く。

タレを煮てかける。

豚肉に下味をつける。でんぷんをまぶして焼く。

タレを煮てかける。

ホキに下味をつける。

Aをまぶして油で揚げる。

タレを煮てからめる。

鶏肉に下味をつける。でんぷんをまぶして、油で揚げる。

ごぼうにでんぷんをまぶして油で揚げる。

タレを煮てからめる。

アジに下味をつける。でんぷんをまぶして油で揚げる。

タレを煮てかける。

※学校給食で使用す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、岐阜県、可児市、JA中央会から一部補助を受けています。