

学校給食予定献立表

* ●印の食品は月の使用食品成分表で配合・アレルギーをご確認ください。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。

可児市学校給食センター

2(月)		3(火)		4(水)		5(木)		6(金)		9(月)		10(火)		12(木)		13(金)		16(月)			
		節分献立						中部中まなび献立						桜ヶ丘小リクエスト献立				中学校B			
牛乳 コッペパン 豆乳かぼちゃスープ 鶏肉のハーブ焼き カラフルサラダ イタリアンドレッシング	牛乳 麦ごはん 年越しのおかず 丸干しイワシのから揚げ かおりたくあんあえ 節分豆	牛乳 麦ごはん ボーワカレー きなこタフィ キャベツサラダ 玉葱ドレッシング	牛乳 鶏肉と舞茸のごはん サバのおろしあんかけ もやしの磯香あえ 卓上しようゆ いよかん	牛乳 麦ごはん 鶏団子汁 はちみつソースカツ つぼ漬けあえ	牛乳 コッペパン 白菜スープ ウインナーのトマトソース ポテトサラダ マヨネーズ 果汁グミ(ぶどう味)	牛乳 麦ごはん 合わせみそ汁 豚肉と蓮根の揚げがらめ おひたし 卓上しようゆ 納豆	牛乳 ソフト麺 ミートソース 青のりポテト ひじきサラダ 青じそドレッシング	牛乳 麦ごはん 豚汁 鶏肉のから揚げ ゆかりあえ みかんゼリー	牛乳 黒コッペパン カレーコンソメスープ イカのバーベキューソース お豆と根菜のサラダ ごまドレッシング	牛乳 小型黒コッペパン 焼きそば イカのバーベキューソース お豆と根菜のサラダ ごまドレッシング											
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	精白米	70	精白米	70	アルファ化米	57	精白米	70	コッペパン	55	精白米	70	ソフト麺	80	精白米	70	黒コッペパン	55	黒コッペパン	45
		米粒麦(大麦)	7	米粒麦(大麦)	7	水	91	米粒麦(大麦)	7			米粒麦(大麦)	7			米粒麦(大麦)	7				
ベーコン	8					鶏もも切込み	20			たまねぎ	30			豚ひき肉	25			カットウインナー	15	焼きそばめん	60
たまねぎ	30	鶏もも切込み	10	豚ももスライス	15	にんじん	10	だいこん	20	白菜	30	だいこん	25	赤ワイン	1.5	豚ももスライス	15	たまねぎ	25	豚ももスライス	15
かぼちゃカット	30	だいこん	30	米ぬか油	0.3	さがきごぼう	10	さがきごぼう	10	ホールコーン	10	カットえのき	5	たまねぎ	50	だいこん	20	にんじん	8	たまねぎ	15
●うらごしのかぼちゃ	20	にんじん	10	赤ワイン	1.5	まいたけ水煮	4	たまねぎ	15	糸かまぼこ	5	木綿豆腐	20	にんじん	15	さがきごぼう	10	キャベツ	20	にんじん	15
調整豆乳	30	乱切りごぼう	8	おろししょうが	0.6	冷凍油揚げ	4	五目切りこんにやく	5	チキンコンソメ	1.5	冷凍油揚げ	3	オリーブオイル	3	里芋カット	15	じゃがいも(皮むき)	18	キャベツ	40
洋風だしの素	1.5	里芋カット	15	おろしにんにく	0.4	米ぬか油	0.5	カットえのき	0.5	薄口しょうゆ	0.5	カットわかめ	0.2	おろしにんにく	0.3	木綿豆腐	15	ホールコーン	8	米ぬか油	0.5
天塩	0.5	冷凍油揚げ	3	たまねぎ	45	濃口しょうゆ	4.5	ほうれん草入り鶏団子	20	天塩	0.15	カットねぎ	5	トマトケチャップ	20	五目切りこんにやく	8	チキンコンソメ	1.5	ウスターソース	10
白こしょう	0.02	焼き豆腐	15	じゃがいも(皮むき)	35	清酒	2	カットねぎ	5	乾燥パセリ	0.05	煮干し(だし用)	2.5	トマトピューレ	7	カットねぎ	5	濃口しょうゆ	0.2	オイスターソース	1
米粉	3	●糸こんぶ	0.8	にんじん	15	三温糖	0.8	煮干し(だし用)	2.5					煮干し(だし用)	2.5	天塩	0.15	天塩	0.15	天塩	0.25
乾燥パセリ	0.05	フレーク節(だし用)	2.5	小麦粉	5.5	和風だしの素	0.7	可児の手作りみそ	8	ウインナー	40	白みそ	4	濃口しょうゆ	2.2	白みそ	4	トマトケチャップ	1.5	中華風だしの素	1
		和風だしの素	0.8	米ぬか油	4.5	天塩	0.2			トマトケチャップ	3			三温糖	0.4	赤みそ	3	カレー粉	0.2	きざみしょうが	0.5
鶏もも	50	濃口しょうゆ	3.5	カレー粉	0.5			豚ロース	50	トマトピューレ	4	豚もも角切り	25	洋風だしの素	0.8			米ぬか油	0.2	あおさ粉	0.15
白ワイン	1.5	本みりん	1	ロリエ	0.01	●サバ	50	清酒	1.5	ウスターソース	1.4	清酒	1.2	天塩	0.1	鶏もも	50				
天塩	0.25	清酒	2	クミン	0.03	清酒	1.5	天塩	0.1	三温糖	0.3	おろししょうが	0.3	白こしょう	0.02	清酒	1.5	●イカ	50	●イカ	50
白こしょう	0.02	三温糖	0.8	セロリ	0.01	おろししょうが	0.5	白こしょう	0.02	でんぶん	0.1	でんぶん	0.1	おろしにんにく	0.3	おろしにんにく	1.5	白ワイン	0.1	白ワイン	0.5
おろしにんにく	0.2	天塩	0.1	ガラムマサラ	0.01	大根おろし	7	小麦粉	3	水	1	れんこん乱切り	25	米粉	6	おろししょうが	0.1	おろしにんにく	1.5	おろしにんにく	1.5
薄口しょうゆ	0.8			洋風だしの素	1.3	薄口しょうゆ	2.3	パン粉	7			でんぶん	3			濃口しょうゆ	2.3	濃口しょうゆ	2.2	濃口しょうゆ	2.2
レモン果汁	1	丸干しイワシ	30	トマトケチャップ	4.5	三温糖	1	揚げ油(大豆油)	3.5	じゃがいも(皮むき)	30	揚げ油(大豆油)	4.5	乱切りポテト	65	でんぶん	9	三温糖	1	三温糖	1
バジル粉	0.02	清酒	1.5	ウスターソース	4.5	本みりん	1.5	ウスターソース	7	きゅうり	10	濃口しょうゆ	2.5	揚げ油(大豆油)	3	揚げ油(大豆油)	4	本みりん	1	本みりん	1
オレガノ	0.01	でんぶん	2	濃口しょうゆ	1	清酒	0.5	白こしょう	0.5	にんじん	15	三温糖	1.8	天塩	0.2			おろしりんご	5	おろしりんご	5
		米粉	2	おろしりんご	3	でんぶん	0.3	はちみつ(可児市産)	1.3			本みりん	1	あおさ粉	0.1	緑豆もやし	35	米酢	1	米酢	1
だいこん	40	揚げ油(大豆油)	2.5	チャツネ	3	水	3.5	清酒	0.5	マヨネーズ	7	清酒	1			にんじん	15	でんぶん	0.2	でんぶん	0.2
むき枝豆	10			天塩	0.3			水	3			水	3	だいこん	40	きゅうり	10	水	2	水	2
赤パプリカ	5	キャベツ	25			緑豆もやし	40			果汁グミ(ぶどう味)	12			きゅうり	10	ゆかり粉	0.6				
ホールコーン	10	にんじん	10	煎り大豆	12	小松菜	12	キャベツ	23			緑豆もやし	35	ホールコーン	8			大豆水煮	5	大豆水煮	5
		小松菜	10	三温糖	3	にんじん	10	にんじん	12			にんじん	15	ひじきドライパック	3			むき枝豆	5	むき枝豆	5
イタリアンドレッシング	5	きな粉	8	刻みのり	0.3	きゅうり	10	きゅうり	10			きゅうり	10					さがきごぼう	25	さがきごぼう	25
		かおり粉	0.3	天塩	0.05	すりごま	2	つぼ漬け	8									れんこんカット	10	れんこんカット	10
				米ぬか油	0.2							卓上しようゆ	1.8								
		●節分豆	5	水	1.2	卓上しようゆ	1.8					●納豆	30					ごまドレッシング	5	ごまドレッシング	5
				キャベツ	33	●いよかん	30														
				きゅうり	12																
				ホールコーン	8																
				玉葱ドレッシング	5																
中部中、東可児中、広陵中は、 スープを焼きそばに変えます。																					
小601 kcal・中751 kcal	600・752	645・827	631・764	680・870	640・793	649・822	634・824	664・843	606・759	757											

※1人当たりの使用量(g)は、小学校3・4年生の量です。中学校は1.3倍量です。

17(火)		18(水)		19(木)		20(金)		24(火)		25(水)		26(木)		27(金)				
		菌の日献立		世界友情の日献立		土田小リクエスト献立		がんばれかにつこ！献立		東可児中リクエスト献立				ひなまつり献立				
牛乳 麦ごはん 里芋のみそ汁 ヘルシー和風ハンバーグ キャベツのごまあえ 卓上しょうゆ りんごゼリー		牛乳 麦ごはん わかめスープ キビナゴの甘酢あん 豚キムチ		牛乳 ツナピラフ アドボ ブロッコリーサラダ 玉葱ドレッシング 焼プリンタルト		牛乳 麦ごはん 大根汁 かぼちゃの天ぷら 友禅ご飯の具 いちごヨーグルト		牛乳 麦ごはん 白菜汁 豚肉のみそがらめ 切干大根のミルク煮		牛乳 わかめ麦ごはん けんちん汁 鶏肉の照り焼き ツナじゃが 生パイ		牛乳 ラーメン 塩ラーメンの汁 春巻き 中華サラダ 棒々鶏ドレッシング はちみつレモンゼリー		牛乳 麦ごはん 玉ねぎのみそ汁 サワラの生姜焼き なばなのおかかあえ 卓上しょうゆ ひしもち				
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	精白米	70	アルファ化米	55	精白米	70	精白米	70	精白米	70	ラーメン	160	精白米	70			
米粒麦(大麦)	7	米粒麦(大麦)	7	水	78	米粒麦(大麦)	7	米粒麦(大麦)	7	米粒麦(大麦)	7			米粒麦(大麦)	7			
里芋カット	20	ボンレスハム	10	たまねぎ	20	だいこん	28	白菜	30	炊き込みわかめ	2	豚ももスライス	18	たまねぎ	20			
だいこん	15	たまねぎ	30	むき枝豆	8	カットえのき	5	カットえのき	5	だいこん	20	緑豆もやし	30	だいこん	15			
木綿豆腐	20	ホールコーン	10	ホールコーン	10	木綿豆腐	15	木綿豆腐	15	ごぼう輪切り	8	カットねぎ	5	カットえのき	5			
冷凍油揚げ	3	カットわかめ	0.5	ツナ油漬	15	白かまぼこ	8	白かまぼこ	5	里芋カット	15	中華風だしの素	0.63	木綿豆腐	20			
カットわかめ	0.2	カットねぎ	5	マッシュルーム スライス	5	冷凍油揚げ	3	カットねぎ	5	干し椎茸	0.3	●塩ラーメンスープの素	7.5	冷凍油揚げ	3			
カットねぎ	5	中華風だしの素	1	米ぬか油	0.5	カットねぎ	5	フレーク節(だし用)	2.5	冷凍油揚げ	3	白こしょう	0.02	カットねぎ	5			
煮干し(だし用)	2.5	ガラスープ	10	チキンコンソメ	1.3	フレーク節(だし用)	2.5	薄口しょうゆ	3	木綿豆腐	15	天塩	0.18	煮干し(だし用)	2.5			
可児の手作りみそ	8	薄口しょうゆ	2	薄口しょうゆ	0.8	天塩	0.15	豚もも角切り	50	フレーク節(だし用)	2.5	春巻き	50	●サワラ	50			
●れんこん豆腐ハンバーグ	60	●キビナゴ	40	白こしょう	0.02	かぼちゃ天ぷら用小麦粉	35	清酒	2	薄口しょうゆ	1	揚げ油(大豆油)	4	●サワラ	50			
エリノギカット	3	清酒	1.5	鶏もも	50	でんぶん	1	おろししょうが	0.6	本みりん	1	だいこん	40	濃口しょうゆ	2.5			
濃口しょうゆ	2	でんぶん	4	米粉	2	ベーキングパウダー	0.2	揚げ油(大豆油)	4.5	天塩	0.15	きゅうり	10	三温糖	1.2			
和風だしの素	0.2	米粉	2	濃口しょうゆ	0.3	天塩	0.1	赤みそ	2.5	鶏もも	50	チンゲン菜	8	本みりん	1			
でんぶん	0.3	揚げ油(大豆油)	2	米酢	1.5	揚げ油(大豆油)	3	濃口しょうゆ	3	清酒	2	ホールコーン	10	清酒	1			
水	15	本みりん	1	おろしにんにく	0.3	三温糖	2	三温糖	2	でんぶん	0.8	棒々鶏ドレッシング	5	おろししょうが	0.5			
ごま油	0.18	三温糖	1.5	白こしょう	0.01	鶏ひき肉	25	本みりん	1	濃口しょうゆ	2.5	はちみつレモンゼリー	60	でんぶん	0.2			
キャベツ	30	米酢	2.5	ロリエ	0.01	おろししょうが	0.2	清酒	0.2	三温糖	0.8			水	4			
小松菜	12	水	5	濃口しょうゆ	2.5	三温糖	2.1	水	4	本みりん	2							
にんじん	8			本みりん	1.8	清酒	1.2	切り干し大根	5	清酒	1.5			なばな	10			
白ごま	1.5	豚ももスライス	30	清酒	2	薄口しょうゆ	2.3	にんじん	12	でんぶん	0.3			キャベツ	25			
すりごま	1.5	清酒	1.2	三温糖	0.2	米ぬか油	0.3	水	3	水	3			にんじん	10			
		オイスターソース	1	●炒め玉ねぎ	6	にんじん	30	ツナ油漬	5	じゃがいもカット	50			ホールコーン	8			
卓上しょうゆ	1.8	にんじん	10	でんぶん	0.4	冷凍炒り卵	20	つき赤こんにやく	3	にんじん	10			糸かつお	0.5			
		キャベツ	30	米酢	0.25	角きざみのり	0.5	小松菜	5	たまねぎ	25							
●りんごゼリー	50	チンゲン菜	8	水	4.5	むき枝豆	0.6	米ぬか油	10	タマネギ	25			卓上しょうゆ	1.8			
		白菜キムチ	10			●いちごヨーグルト	70	三温糖	10	ツナ油漬	10							
		米ぬか油	0.5	ブロッコリーカット	20			薄口しょうゆ	1.5	米ぬか油	0.5			●ひしもち	30			
		濃口しょうゆ	0.8	キャベツ	15			三温糖	1.8	三温糖	2							
		中華風だしの素	0.5	にんじん	10			清酒	1	清酒	1.2							
		でんぶん	0.3	玉葱ドレッシング	5			牛乳(調理用)	7	濃口しょうゆ	2.8							
				焼プリンタルト	30			和風だしの素	0.5	本みりん	1.3							
										和風だしの素	0.5							
										●生パイ	40							
601・764	600・778	663・783	649・819	648・836	655・830	643・775	641・794											

※学校給食で使われてい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。