

1月のよていこんだてひょう



ぜんこくがっこうきょうしゅくしやうかん
全国学校給食週間 1/24~1/30 は特別献立を実施します。

30日「栄養まんてん! 秋の夢いっぱい給食」

こうようちやうがっこう わんせい ちやうがくせいがっこうおやしよくはんしやうけん しやうしゆしやうこんだて
向陽中学校1年生チーム 中学生学校給食選手権アイデア賞受賞献立

向陽中学校では家庭科の授業で1年生全員が給食の献立を考えます。成長期に必要な鉄とカルシウムがとれるように食材を工夫し、御嵩町や岐阜卓の旬の食材をたくさん使います。カラフルな彩りの美しさにもこだわりました。栄養まんてんで夢を育む心と体を豊かにする献立です。応募した時のデザートは「甘みぶどう」でした。



24日「図書献立 おまかせコックさん」

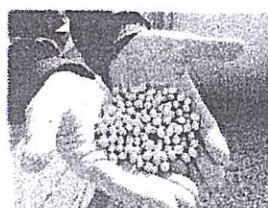
ぼくたちは元気なコックさん。おいしいものなら、おまかせ、おまかせ。りんごをむいて、バナナを切って、飾はゆでて・・・リズムカルな文章とかわいっぴいイラストで親子でいっしょに楽しめる絵本です。

おまかせコックさん



月	火	水	木	金
御嵩町産の食べ物 みたけみそ へごやまぢや だいこん はくさい かぶ こまつな ほうれんそう	7日 正月献立 いためなます ぶりのてりやき むぎごはん しらたまぞうに 小666kcal 中843kcal	8日 歯の日 ほうれんそうサラダ(わふうドレ) へごやまぢやタフィ カレーライス 小697kcal 中885kcal	9日 そぼろごはんのぐ かぼちやのてんぷら むぎごはん しろみそしる 小651kcal 中826kcal	10日 かぼちやサラダ(マヨネーズ) シーズンチキン かぶりり ポトフ 小604kcal 中770kcal
	13日	14日	15日	16日
成人の日 せいじん	うめおかかあえ ヨーグルト みそチキンかつ むぎごはん さわにわん 小674kcal 中837kcal	きりぼしだいこんのうまに みかん ごへだ きつねうどん 小720kcal 中901kcal	やさいサラダ(あおじそドレ) オレンジ タコライス むぎごはん アルファベットスープ 小636kcal 中805kcal	ひじきのにつけ さばのおろしかけ むぎごはん いなかじる 小687kcal 中869kcal
20日	21日	22日	23日	24日 図書献立
ちゅうかサラダ(ちゅうかドレ) わかさぎのあます むぎごはん まーぼー豆腐 小650kcal 中828kcal	まめまめサラダ(かおりごまドレ) とりにくのみそチーズやき むぎごはん みぞれじる 小637kcal 中809kcal	もやしのサラダ(わふうドレ) ささみのピカタ ソフトめんミートソース 小682kcal 中812kcal	だいこんとぶたにくのもの だいずとごぼうのあげがらめ むぎごはん かきたまじる 小643kcal 中817kcal	イタリアンサラダ(イタリアンドレ) ぶどうゼリー ハンバーグてりやきソース きりめいり まるパン はくさいの ミルクスープ 小620kcal 中756kcal
27日	28日	29日	30日	31日
ぎふ♡ラブ献立献立 うのはないり はちみつ だいず とりにくのてりやき むぎごはん だいずの へんしんじる 小688kcal 中861kcal	はくさいのごまあえ さかなのしおやき むぎごはん にくみそおでん 小663kcal 中841kcal	はるさめサラダ(パンパジドレ) とうにゅう プリン とりのからあげ(小2こ,中3こ) ラーメン 小708kcal 中854kcal	やさいたっぷり カラフルはるさめ シャキシャキ りんご ぶたにくとさいものへごやまぢやあげ ハニ〜バターしょうゆあじ ごましお ホクホクさつまいも むぎごはん みたけみその てつカルきのこじる 小705kcal 中883kcal	かんてんのごますあえ せつばん まめ まるぼしいわしのからあげ むぎごはん としこしのおかず 小622kcal 中768kcal

27日 ぎふ♡ラブ献立 大豆



岐阜卓では使っていない由んぼを使い、大豆をたくさん作っています。「フクユタカ」という種類をたくさん作っていて、大豆で甘みがあるのが特徴です。御嵩町では「中鉄砲」という伝統ある大豆を栽培しています。コクがあり味がよい自慢の大豆です。

大豆のすごいパワー!



大豆は、たんぱく質、脂質、ビタミンB群、カリウム、カルシウム、マグネシウム、鉄、食物繊維などを含んでいます。また、抗酸化作用がある大豆サポニンや骨粗しょう症の予防効果があるイソフラボンも含み、生活習慣病予防によいといわれています。



令和7年1月 学校給食予定献立表

御嵩町学校給食センター

Main menu table with columns for dates from 7日(火) to 22日(水) and rows for various food items and their quantities.

Supplemental menu table with columns for dates from 23日(木) to 31日(金) and rows for various food items and their quantities.

☆学校給食に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、御嵩町、JA中央会から一部助成を受けています。

<学校給食の産地表示について>

米・・・岐阜県 牛乳・・・岐阜県 パン、麺・・・岐阜県及び輸入小麦粉 青果類等・・・岐阜、愛知、長野、北海道、青森、群馬、九州、関東等

果物・・・オーストラリア、青森、長野、三重、愛知、静岡等 食肉・・・岐阜、宮崎 魚介類・・・北海道、北陸、チリ、カナダ等