令和4年3月　学校給食予定献立表

川辺町学校給食センター

1日(火)
麦ごはん
- 米・精白米 70
- おおむぎ・米粒麦 7

いわしのごまだれ
- いわし(マイワシ)・開き 1尾
- しょうが 1
- 本醸造酒 1
- かたくり粉 6
- 大豆油 3
- 本醸造酒 2
- みりん(本みりん) 1.5
- 三温糖 2.2
- しょうゆ(こいくち) 3
- ごま(いりごま) 0.6
- 水 1
- かたくり粉 0.06

菜の花和え
- 和種なばな・茎・生 20
- もやし(緑豆) 15
- ごま(いりごま) 1
- ごま(すりごま) 1.3
- しょうゆ(こいくち) 1.9
- みりん(本みりん) 0.9

ほうれん草入り鶏団子汁
- ほうれん草入り鶏団子 20
- にんじん 10
- だいこん 18
- こんにゃく(板) 7
- ごぼう 7
- 油あげ 2
- 干ししいたけ(乾) 0.8
- ねぎ 6
- フレーク節 3
- みそ(米) 淡色辛みそ 7.8

ぶどうグミ
- 果汁グミ(ぶどう) 1袋

★中3のみ　ひし餅

2日(水)
五目ラーメン
- 中華めん(ゆで)・ラーメン 1袋
- もやし(緑豆) 12
- にんじん 12
- はくさい 18
- とうもろこし・ホールカーネル 10
- 焼き豚 4
- うずら卵(水煮・レトルト) 14
- ねぎ 9.6
- しょうゆ(こいくち) 6
- こしょう(白) 0.08
- みりん(本みりん) 1.2
- フレーク節 3
- 鶏ガラスープ 5
- 中華風だしの素 1.8
- 豚ばら・脂付(大型) 3
- サラダ油(米サラダ油) 0.3
- 塩(食塩) 0.1

鶏の唐揚げ
- 鶏もも皮つき(若鶏) 40
- しょうゆ(こいくち) 2.2
- しょうが 1.8
- 本醸造酒 0.45
- みりん(本みりん) 0.45
- 三温糖 0.4
- ねぎ 2.7
- にんにく・おろし 0.15
- かたくり粉 12
- 大豆油 1

ごぼうサラダ
- ごぼう 25
- にんじん 5
- きゅうり 8
- ごまドレッシング 5

デコポン
- デコポン 1切

3日　つづき

ひし餅
- ひし餅 1こ

3日(木)
手巻きちらし
- 米・精白米 60
- おおむぎ・米粒麦 6
- 酢・米酢 9
- 砂糖・上白糖 4.5
- 塩(食塩) 0.4
- 干ししいたけ(乾) 1
- にんじん 10
- はす(れんこん) 15
- しょうゆ(うすくち) 2.8
- 砂糖・上白糖 2
- 和風だしの素 0.5
- みりん(本みりん) 0.7
- 塩(食塩) 0.1
- いんげん 3
- 手巻きのり 1袋

鮭の柚子焼き
- さけ 1切
- 塩(食塩) 0.3
- 本醸造酒 0.15
- ゆず果汁 0.15
- しょうゆ(こいくち) 3
- みりん(本みりん) 2
- 三温糖 0.4
- 水 0.3

切干大根と糸こんにゃくのサラダ
- 切干大根 2.5
- きゅうり 5
- しらたき 15
- とうもろこし・ホールカーネル 5
- にんじん 5
- 和風ドレッシング 7

春のすまし汁
- 花かまぼこ 10
- だいこん 15
- えのきたけ 8
- ねぎ 8
- 昆布素干(りしりコンブ) 0.5
- フレーク節 3
- しょうゆ(うすくち) 4
- 塩(食塩) 0.1

4日(金)
キムチチャーハン
- 米・精白米 58
- おおむぎ・米粒麦 5.8
- 豚もも・脂付(大型) 22
- しょうゆ(こいくち) 2.8
- 本醸造酒 1.9
- こしょう(白) 0.035
- にんにく・おろし 0.19
- ごま(いりごま) 0.47
- エリンギ 8
- はくさい(キムチ) 16
- ねぎ 5
- サラダ油(米サラダ油) 0.47
- ごま油 0.47
- いり卵 9

揚げギョーザ
- ギョウザ 2こ
- 大豆油 2

春雨サラダ
- マロニー 4
- キャベツ 15
- にんじん 3
- とうもろこし・ホールカーネル 7
- 中華ドレッシング 4

トック入り韓国風スープ
- ミニトック 15
- はくさい 20
- たまねぎ 15
- にんじん 10
- ねぎ 5
- 鶏ガラスープ 7
- 中華風だしの素 0.5
- コチジャン 0.01
- しょうゆ(うすくち) 3
- 塩(食塩) 0.1
- こしょう(白) 0.01

ヨーグルト
- ヨーグルト 1こ

7日(月)
人参ごはん
- 米・精白米 60
- おおむぎ・米粒麦 6
- にんじん 30
- 本醸造酒 2
- 鶏もも皮なし(若鶏) 13
- こんにゃく(つき) 8
- 油あげ 2
- 干ししいたけ(乾) 0.8
- 和風だしの素 1
- しょうゆ(うすくち) 4.7
- しょうゆ(こいくち) 0.9
- 砂糖・中ざら 0.83
- サラダ油(米サラダ油) 1
- 水 76

鰆の照り焼き
- さわら 1切
- しょうゆ(こいくち) 2.5
- みりん(本みりん) 0.6
- しょうゆ(こいくち) 1.5
- かたくり粉 0.15
- 三温糖 1.5
- みりん(本みりん) 0.5

れんこんサラダ
- はす(れんこん) 23
- こまつな 9
- ひじき(干し) 0.45
- とうもろこし・ホールカーネル 4.5
- ごまドレッシング 7

白玉麩のすまし汁
- ふ・白玉麩 2
- にんじん 8
- えのきたけ 8
- ねぎ 8
- フレーク節 3
- しょうゆ(うすくち) 4
- 塩(食塩) 0.1

豆乳プリン
- 豆乳プリン 1こ

8日(火)
うめちりごはん
- 米・精白米 70
- おおむぎ・米粒麦 7
- うめちり 2.8

鶏の照り焼き
- 鶏もも皮つき(若鶏) 1切
- 塩(食塩) 0.15
- こしょう(白) 0.02
- 本醸造酒 1.5
- みりん(本みりん) 0.9
- しょうゆ(こいくち) 1
- 三温糖 0.15
- かたくり粉 0.04

五目きんぴら
- じゃがいも 18
- ごぼう 6
- にんじん 9
- こんにゃく(つき) 7
- いんげん 3
- ごま(いりごま) 0.7
- しょうゆ(こいくち) 2.3
- 塩(食塩) 0.07
- 三温糖 1.35
- サラダ油(米サラダ油) 0.7

ゆばのすまし汁
- 湯葉(生) 8
- にんじん 8
- えのきたけ 8
- ねぎ 8
- 干ししいたけ(乾) 0.5
- フレーク節 3
- しょうゆ(うすくち) 4
- 塩(食塩) 0.1

りんご
- りんご 1袋

9日(水)
きつねうどん
- うどん(給食用ゆで) 1袋
- しょうゆ(こいくち) 9.4
- みりん(本みりん) 3.7
- 和風だしの素 0.7
- フレーク節 2
- 本醸造酒 0.9
- 鶏むね皮なし(若鶏) 4
- にんじん 7
- ねぎ 7
- 干ししいたけ(乾) 0.8
- かまぼこ(蒸し) 4
- 油あげ 3

大豆いりかきあげ
- たまねぎ 20
- にんじん 10
- 竹輪(焼き竹輪) 10
- さつまいも 10
- 大豆(国産) 乾 5
- 小麦粉(岐阜県産) 10
- かたくり粉 1
- 鶏卵(冷凍液卵) 3
- 牛乳(調理用) 4
- 塩(食塩) 0.1
- 大豆油 7

コーンわかめサラダ
- とうもろこし・ホールカーネル 10
- カットわかめ 0.8
- キャベツ 10
- 青じそドレッシング 6

味付け小魚
- 味付け小魚 1袋

10日(木)
フレンチトースト
- 厚切り食パン(給食用) 1枚
- 牛乳(調理用) 25
- 鶏卵(冷凍液卵) 8
- 三温糖 2.5
- 無塩バター 1.2

ゆでブロッコリー
- ブロッコリー 35
- 和風ドレッシング 5

ポークビーンズ
- 大豆(国産) ゆで 20
- たまねぎ 50
- にんじん 15
- じゃがいも 20
- 豚もも・脂付(大型) 10
- いんげん 3.5
- 塩(食塩) 0.2
- ナチュラルチーズ 4
- ケチャップ 7
- こしょう(白) 0.03
- タイム 0.01
- ローリエ 0.01
- 洋風だしの素 0.9
- ソース(ウスターソース) 4
- 三温糖 0.6
- ワイン(赤) 1.4
- 小麦粉(岐阜県産) 2.5
- 無塩バター 2.5
- サラダ油(米サラダ油) 0.6
- トマトピューレー 7
- デミグラスソース 2

みかんゼリー
- みかんゼリー 1こ

11日(金)
天丼
- 米・精白米 70
- おおむぎ・米粒麦 7
- むらさきいか・生 1切
- 小麦粉(岐阜県産) 1.5
- 西洋かぼちゃ 1切
- かたくり粉 3
- 小麦粉(岐阜県産) 7
- 鶏卵(冷凍液卵) 3
- 塩(食塩) 0.15
- 大豆油 6
- しょうゆ(こいくち) 6
- 本醸造酒 3
- みりん(本みりん) 6
- フレーク節 1
- 水 25
- かたくり粉 0.6

金時豆の甘煮
- 金時豆 11
- 砂糖・中ざら 3
- 塩(食塩) 0.14

白味噌汁
- 厚揚げ 10
- にんじん 8
- だいこん 15
- 里芋 13
- カットわかめ 0.4
- ねぎ 6
- えのきたけ 7
- 煮干し 2.5
- みそ(米) 淡色辛みそ 7.7

はるか
- はるか 1こ

14日(月)
麦ごはん
- 米・精白米 70
- おおむぎ・米粒麦 7

れんこんのはさみ揚げ
- れんこんはさみ揚げ 1こ
- 大豆油 3.5

ゆかりあえ
- キャベツ 35
- にんじん 5
- 塩(食塩) 5
- ゆかり 0.8

ちゃんこ煮
- 鶏もも皮つき(若鶏) 15
- にんじん 8
- ごぼう 8
- ぶなしめじ・生 8
- はくさい 30
- しらたき 15
- 油あげ 4
- ミートボール(冷凍) 15
- かまぼこ(蒸し) 8
- ねぎ 10
- 和風だしの素 0.8
- しょうゆ(うすくち) 3.5
- 塩(食塩) 0.12
- みりん(本みりん) 1
- フレーク節 2.5

ミニりんごゼリー
- すりおろしりんごゼリーミニ 1こ

15日(火)
米粉食パン
- 米粉パン(給食用) 1こ

マーシャルビーンズ
- マーシャルビーンズ 1こ

ポテトグラタン
- じゃがいも 50
- たまねぎ 18
- ベーコン(豚) 8
- とうもろこし・ホールカーネル 4
- 塩(食塩) 0.3
- こしょう(白) 0.02
- サラダ油(米サラダ油) 1
- パン粉・乾燥 3
- 牛乳(調理用) 30
- ナチュラルチーズ 10
- アルミカップ・特中判 1枚

海藻入りサラダ
- きゅうり 10
- にんじん 5
- キャベツ 15
- カットわかめ 0.6
- 青じそドレッシング 6

コンソメスープ
- にんじん 6
- えだまめ(むき枝豆) 3
- たまねぎ 17
- キャベツ 8
- アルファベットパスタ 2
- ベーコン(豚ショルダー) 5
- コンソメ 1.5
- しょうゆ(うすくち) 1
- こしょう(白) 0.02
- 塩(食塩) 0.1

※学校給食における岐阜県の米・米粉・小麦粉・大豆・きのこ類・青果物・豚肉・牛肉・水産物は「学校給食地産地消推進事業」により、県・川辺町・ＪＡグループからの補助を受けています。

16日(水)
川辺の麦ごはん
- 米・精白米 70
- おおむぎ・米粒麦 7

豚肉と高野豆腐のかりん揚げ
- 豚もも・脂付(大型) 25
- しょうゆ(こいくち) 0.8
- 本醸造酒 1
- かたくり粉 4
- 凍り豆腐 4
- 牛乳(調理用) 12
- かたくり粉 8
- 大豆油 3.5
- 三温糖 1.6
- しょうゆ(こいくち) 2.5
- みりん(本みりん) 1.4
- 水 1
- あおのり(素干し) 0.1

切干大根の煮付け
- 切干大根 5.2
- にんじん 5.2
- 鶏もも皮つき(若鶏) 3.2
- 干ししいたけ(乾) 0.6
- 油あげ 2.5
- いんげん 3
- しょうゆ(こいくち) 1.8
- 砂糖・中ざら 0.8
- 和風だしの素 0.5
- 本醸造酒 0.4
- サラダ油(米サラダ油) 1
- みりん(本みりん) 0.24
- 水 20

けんちん汁
- だいこん 15
- ごぼう 5
- にんじん 8
- 油あげ 3
- 里芋 10
- 豆腐(木綿) 15
- 鶏もも皮なし(若鶏) 8
- 干ししいたけ(乾) 0.8
- 塩(食塩) 0.13

17日(木)
焼きそば
- 中華めん(ゆで)・やきそば 81
- 豚もも・脂付(大型) 15
- キャベツ 45
- たまねぎ 9
- むらさきいか・生 14
- にんじん 14
- 青ピーマン・生 3
- サラダ油(米サラダ油) 1.5
- ソース(ウスターソース) 16
- 煮干し粉 0.45
- 塩(食塩) 0.36
- こしょう(白) 0.02
- あおのり(素干し) 0.1

おからドーナッツ
- 小麦粉(岐阜県産) 23
- ベーキングパウダー 0.8
- おから・新製法 13
- 無塩バター 3
- 三温糖 8
- 鶏卵(冷凍液卵) 6
- 牛乳(調理用) 2
- 大豆油 6

ゆで枝豆
- えだまめ(さや付き) 17

ヨーグルト
- ヨーグルト 1こ

16日　つづき
- しょうゆ(こいくち) 4
- フレーク節 3
- みりん(本みりん) 1

デコポン
- デコポン 1切

18日(金)
カレーライス
- 米・精白米 70
- おおむぎ・米粒麦 7
- じゃがいも 50
- たまねぎ 35
- にんじん 20
- 豚もも・脂付(大型) 20
- えだまめ(むき枝豆) 4
- 牛乳(調理用) 8
- 洋風だしの素 1.5
- ソース(ウスターソース) 5
- ナチュラルチーズ 2
- 塩(食塩) 0.5
- しょうが・おろし 0.2
- カレー粉 0.6
- 無塩バター 6
- 小麦粉(岐阜県産) 6
- ケチャップ 3
- サラダ油(米サラダ油) 1

大豆と小魚の揚げ煮
- 大豆(国産) 乾 7.2
- かたくり粉 1.6
- いりこ 2.4
- 大豆油 2.4
- 三温糖 0.9
- しょうゆ(こいくち) 0.8

福神漬け和え
- 福神漬(だいこん) 13
- キャベツ 10
- もやし(緑豆) 20
- にんじん 5

生パイン
- パインアップル 1袋

22日(火)
切り目入り丸パン
- 丸パン(給食用) 1こ

ハンバーグケチャップソース
- ハンバーグ 1こ
- サラダ油(米サラダ油) 0.5
- ケチャップ 4
- ソース(ウスターソース) 2.5
- みりん(本みりん) 0.2
- 三温糖 0.6
- トマトピューレー 1

野菜サラダ
- キャベツ 30
- にんじん 8
- きゅうり 7
- 青じそドレッシング 8

かぼちゃポタージュ
- 西洋かぼちゃ 10
- 西洋かぼちゃ 40
- パセリ・乾 0.02
- たまねぎ 30
- 洋風だしの素 1.2
- コンソメ 0.6
- サラダ油(米サラダ油) 0.5
- 牛乳(調理用) 40
- 上新粉 2.5
- 生クリーム 5
- 塩(食塩) 0.4
- こしょう(白) 0.02
- ローリエ 0.01
- 無塩バター 0.3

スライスチーズ
- スライスチーズ 1枚

23日(水)
黒米ごはん
- 米・精白米 69
- 米・精白米・もち米 4.9
- おおむぎ・米粒麦 1.9
- 塩(食塩) 0.34

鶏肉のレモン風味
- 鶏むね皮つき(若鶏) 45
- 塩(食塩) 0.15
- 本醸造酒 1.6
- かたくり粉 8
- 大豆油 4
- 三温糖 1.1
- しょうゆ(こいくち) 1.8
- みりん(本みりん) 0.8
- レモン・果汁・生 1.2
- 水 2.4
- パセリ・乾 0.03

ブロッコリーとキャベツのサラダ
- ブロッコリー 20
- キャベツ 25
- にんじん 5
- 和風ドレッシング 8

かき玉汁
- 鶏卵(冷凍液卵) 15
- にんじん 8
- たまねぎ 23
- えのきたけ 10
- ねぎ 8
- 糸かまぼこほぐし 5
- フレーク節 3
- しょうゆ(うすくち) 4
- 塩(食塩) 0.1
- かたくり粉 0.6

お祝いゼリー
- お祝いいちごゼリー 1こ

24日(木)
麦ごはん
- 米・精白米 70
- おおむぎ・米粒麦 7

みそヒレカツ
- ぶた・大型種肉・ヒレ・赤身・生 1切
- 塩(食塩) 0.28
- こしょう(白) 0.02
- 小麦粉(岐阜県産) 2.5
- 鶏卵(冷凍液卵) 3
- パン粉・乾燥 7
- 大豆油 4
- 豆みそ 4
- みりん(本みりん) 0.4
- 三温糖 4.5
- ケチャップ 1
- 水 6

こんにゃくサラダ
- しらたき 18
- きゅうり 7
- キャベツ 10
- にんじん 5
- 和風ドレッシング 8

大根汁
- だいこん 40
- にんじん 8
- ねぎ 8
- 豚肩・脂付(大型) 12
- 干ししいたけ(乾) 1
- しょうゆ(うすくち) 4
- 塩(食塩) 0.1
- フレーク節 3

ミニアセロラゼリー
- アセロラゼリーミニ 1こ

★8日　小6のみ
お祝い給食

ホキのレモン風味
- ホキ 50
- 本醸造酒 1.4
- かたくり粉 8
- 大豆油 3.6
- 三温糖 2.6
- しょうゆ(こいくち) 2.6
- レモン・果汁 1.9

大学芋
- さつまいも 40
- 大豆油 1
- 三温糖 1.4
- しょうゆ(こいくち) 0.8
- 黒ごま 0.35
- みりん(本みりん) 0.35

付け合わせ
- ブロッコリー 30
- 一食マヨネーズ 1袋
- ミニトマト 1こ
- いちご 1こ

ミニカップデザート
- ミニカップデザート 1こ

加工食品配合表

3日　花かまぼこ
- 魚肉　加工でん粉
- 馬鈴薯でん粉　砂糖
- 発酵調味料
- 食塩　トマト色素

3日　ひし餅
- 上新粉　砂糖
- よもぎ　食塩
- 加工でん粉　酵素
- 着色料(ビートレッド)
- 配合水

4日　ヨーグルト
- 生乳　砂糖
- 脱脂粉乳
- クリーム　ゼラチン
- 香料製剤
- 乳酸菌カルチャー

7日　豆乳プリン
- 豆乳　水あめ
- ショートニング　砂糖
- 水溶性食物繊維
- 食塩　水　ゲル化剤
- 乳化剤　香料
- ピロリン酸第二鉄
- カロチノイド色素
- 水あめ　砂糖
- デキストリン　水
- カラメル色素
- ゲル化剤　香料

10日　みかんゼリー
- 6倍濃縮温州みかん果汁
- 砂糖　果糖
- 増粘多糖類　酸味料
- 香料　ビタミンC　水

14日　肉団子
- 豚肉　鶏肉　玉ねぎ
- でん粉　えんどう豆たん白
- 砂糖　発酵調味料
- 香辛料　食塩
- 酵母エキス

17日　ヨーグルト
- 生乳　砂糖　乳製品
- 乳たんぱく質
- 寒天　香料　調合水

22日　スライスチーズ
- ナチュラルチーズ
- 乳化剤　重曹　水

23日　お祝いいちごゼリー
- いちご
- いちご果汁　砂糖
- 砂糖・ぶどう糖果糖液糖
- ぶどう糖　植物油脂
- 豆乳　水あめ
- 大豆粉　水
- 乳酸カルシウム
- ゲル化剤　酸味料
- ビタミンC　紅麹色素
- 乳化剤　香料
- 安定剤　pH調整剤
- ピロリン酸第二鉄

加工食品の内容等についてご質問がある方は、給食センターまでご連絡ください。

※牛乳は毎日つきます。　※分量（ｇ）は、小学校３，４年生基準の可食量です。