令和6年7月　学校給食予定献立表

川辺町学校給食センター

1日(月)
枝豆とワカメのごはん
- 米・精白米 70
- おおむぎ・米粒麦 7
- むき枝豆 8
- 炊き込みワカメ 1.2

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
- ねぎ 2.7
- にんにく・おろし 0.15
- かたくり粉 12
- 大豆油 1

かおり和え
- もやし(緑豆) 20
- チンゲンツアイ 10
- 千切たくあん 5
- ごま(いりごま) 0.8
- かおり 0.2

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

ミニアセロラゼリー
- アセロラゼリーミニ 1こ

2日(火)
麦ごはん
- 米・精白米 70
- おおむぎ・米粒麦 7

鮎の塩焼き
- あゆ(養殖) 1尾
- 塩(食塩) 0.6

ひじきの煮付け
- ほしひじき 2
- にんじん 5
- 油あげ 1
- 鶏もも皮つき(若鶏) 3
- さつまいも 10
- 大豆油 1
- 和風だしの素 0.3
- こんにゃく(つき) 4
- こんにゃく(赤こんにゃく) 3
- ごま(すりごま) 0.3
- サラダ油(米サラダ油) 0.7
- しょうゆ(こいくち) 1.5
- 砂糖・中ざら 1
- 本醸造酒 0.7
- むき枝豆 3

豚汁
- たまねぎ 20
- だいこん 25
- にんじん 10
- 干ししいたけ(乾) 1
- 豚もも・脂付(大型) 15
- カットわかめ 0.3
- ねぎ 8
- 煮干し 2.5
- 豆みそ 7.7

ヨーグルト
- ヨーグルト 1こ

3日(水)
ソフト麺ミートソース
- ソフトスパゲティ式麺 1袋
- 牛ひき肉 10
- なす 10
- エリンギ 8
- にんじん 20
- キャベツ 20
- たまねぎ 40
- むき枝豆 4
- 洋風だしの素 2
- ケチャップ 19
- トマトピューレー 12
- 塩(食塩) 0.3
- ソース(ウスターソース) 2.5
- 砂糖・中ざら 1
- ナチュラルチーズ 3
- ワイン(赤) 1.5
- サラダ油(米サラダ油) 1
- にんにく・おろし 0.6
- しょうが・おろし 0.6
- 小麦粉(岐阜県産) 4
- 無塩バター 4

チョコタフィー
- 大豆(国産) 乾 7.2
- 大豆油 1
- ココア(ピュア) 0.5
- 三温糖 2.1
- 塩(食塩) 0.12
- 水 0.8

切り干し大根と糸こんにゃくのサラダ
- 切り干し大根 2.5
- きゅうり 5
- しらたき 15
- ホールコーン 5
- にんじん 5
- 和風ドレッシング 7

【東小・中】すいか
- すいか 0.03こ

【西・北小】冷凍みかん
- みかん(温州)・冷凍 1こ

4日(木)
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

スライスチーズ
- スライスチーズ 1枚

キャベツのサラダ
- にんじん 5
- キャベツ 28
- きゅうり 8
- 和風ドレッシング 5

夏のミネストローネ
- いんげんまめ(ゆで) 3
- ズッキーニ 5
- アルファベットパスタ 3
- カットトマト(レトルト) 8
- トマトピューレー 1.8
- ホールコーン 5
- にんじん 5
- ベーコン(豚ショルダー) 8
- 塩(食塩) 0.12
- こしょう(白) 0.02
- たまねぎ 25
- オリーブ油 0.8
- にんにく・おろし 0.4
- コンソメ 1.3

【東小・中】冷凍みかん
- みかん(温州)・冷凍 1こ

【西・北小】すいか
- すいか 0.03こ

5日(金)
夏の手巻きちらし
- 米・精白米 60
- おおむぎ・米粒麦 6
- 酢・米酢 8
- 砂糖・上白糖 4.5
- 塩(食塩) 0.3
- 油あげ 1
- 干ししいたけ(乾) 0.8
- にんじん 10
- むき枝豆 5
- まぐろ缶詰・油漬 5
- 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
- 手巻きのり 1袋

鶏肉の照り焼き
- 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

ごぼうサラダ
- ごぼう 25
- きゅうり 8
- もやし(緑豆) 8
- ごまドレッシング 5

七夕汁
- 星形かまぼこ 10
- にんじん 6
- そうめん(乾) 4
- えのきたけ 6
- オクラ 3
- フレーク節 2
- しょうゆ(うすくち) 4
- 塩(食塩) 0.01

8日(月)
麦ごはん
- 米・精白米 70
- おおむぎ・米粒麦 7

鮭の彩り焼き
- しろさけ・生 1切
- 塩(食塩) 0.24
- 本醸造酒 1
- ノンエッグマヨネーズ 10
- にんじん 6
- アルミカップ・特中判 1枚
- きゅうりのしそあえ
- きゅうり 27
- ゆかり 0.7
- ごま(いりごま) 0.25

じゃがいものみそ汁
- じゃがいも 15
- 干ししいたけ(乾) 10
- 油あげ 3
- ねぎ 10
- にんじん 6
- カットわかめ 0.3
- 豆みそ 4
- みそ(米) 淡色辛みそ 4
- 煮干し 2.5

ぶどうグミ
- 果汁グミ(ぶどう) 1袋

5日　つづき

七夕ゼリー
- 七夕ゼリー 1こ

9日(火)
麦ごはん
- 米・精白米 70
- おおむぎ・米粒麦 7

酢豚
- 豚もも・脂付(大型) 32
- しょうが 0.5
- しょうゆ(こいくち) 0.64
- 本醸造酒 0.56
- かたくり粉 5.6
- 大豆油 4
- じゃがいも 24
- 大豆油 1.5
- にんじん 13
- たまねぎ 30
- たけのこ・水煮 8
- いんげん 4
- 干ししいたけ(乾) 1.2
- うずら卵(水煮・レトルト) 16
- 砂糖・中ざら 1.3
- 酢・米酢 1.7
- しょうゆ(こいくち) 2.55
- 中華風だしの素 1.28
- かたくり粉 0.6
- サラダ油(米サラダ油) 0.85
- みりん(本みりん) 0.5
- ケチャップ 3.5
- 水 13

春雨サラダ
- マロニー 4
- キャベツ 15
- にんじん 3
- ホールコーン 7
- 和風ドレッシング 4

ミニトマト
- ミニトマト 1こ

オレンジ
- バレンシアオレンジ 1切

10日(水)
夏野菜のカレーライス
- 米・精白米 70
- おおむぎ・米粒麦 7
- じゃがいも 30
- たまねぎ 35
- にんじん 10
- 西洋かぼちゃ 20
- 青ピーマン 5
- なす 15
- カットトマト(レトルト) 10
- 豚もも・脂付(大型) 10
- しょうゆ(こいくち) 1.5
- ワイン(赤) 1.5
- 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 9
- 塩(食塩) 0.2
- こしょう(白) 0.02
- いりこ 3
- 大豆油 3
- 三温糖 1.3
- しょうゆ(こいくち) 1.3
- ごま(いりごま) 0.3
- ごま(すりごま) 0.2

川辺のゆでとうもろこし
- とうもろこし 0.25本

11日(木)
食パン
- 食パン(給食用) 1枚

マーシャルビーンズ
- マーシャルビーンズ 1こ

鶏肉のマーマレード焼き
- 鶏もも皮つき(若鶏) 1切
- 塩(食塩) 0.13
- しょうが・おろし 0.5
- ワイン(白) 1
- マーマレード 3
- しょうゆ(こいくち) 0.5
- みりん(本みりん) 1
- 塩(食塩) 0.7
- こしょう(白) 0.02

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

トマトスープ
- アルファベットパスタ 3
- カットトマト(レトルト) 8
- トマトピューレー 1.8
- にんじん 5
- ベーコン(豚ショルダー) 8
- 塩(食塩) 0.2
- こしょう(白) 0.02
- たまねぎ 25
- オリーブ油 0.5
- にんにく・おろし 0.4
- コンソメ 1.3
- いんげんまめ(ゆで) 2

生パイン
- パインアップル 1袋

12日(金)
カレーピラフ
- 米・精白米 60
- おおむぎ・米粒麦 6
- ウインナー・ソーセージ 20
- たまねぎ 10
- 切り干し大根 4.5
- むき枝豆 10
- エリンギ 5
- カレー粉 0.5
- 洋風だしの素 1.5
- サラダ油(米サラダ油) 1
- 塩(食塩) 0.7
- こしょう(白) 0.02

白身魚の香草焼き
- メルルーサ 1切
- 塩(食塩) 0.4
- こしょう(白) 0.02
- ワイン(白) 1
- レモン・果汁 0.3
- にんにく・おろし 0.05
- バジル・粉 0.01
- オリーブ油 1.6

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

粒コーンスープ
- ホールコーン 20
- たまねぎ 25
- にんじん 10
- パセリ・乾 0.02
- コンソメ 1.4
- 塩(食塩) 0.2
- こしょう(白) 0.01
- しょうゆ(うすくち) 2
- かたくり粉 0.5

のむヨーグルト
- のむヨーグルト 1本

16日(火)
ビビンバ
- 米・精白米 70
- おおむぎ・米粒麦 7
- 豚もも・脂付(大型) 27
- もやし(緑豆) 18
- たけのこ・水煮 12
- 干しぜんまい(ゆで) 5
- チンゲンツアイ 9
- こねぎ・生 3.2
- しょうが・おろし 0.45
- こしょう(白) 0.02
- トウバンジャン 0.2
- しょうゆ(こいくち) 7
- 酢・米酢 2.7
- 三温糖 1.8
- ごま(いりごま) 0.6
- ごま(すりごま) 0.7
- ごま油 1.3
- サラダ油(米サラダ油) 0.9
- いり卵 10

かぼちゃの黒ごま天ぷら
- 西洋かぼちゃ 1切
- 小麦粉(岐阜県産) 4
- 鶏卵(冷凍液卵) 2.5
- 塩(食塩) 0.1
- 水 4.5
- かたくり粉 1
- 黒ごま(いりごま) 1
- 大豆油 3

ワカメスープ
- カットわかめ 0.8
- 糸かまぼこほぐし 3
- ねぎ 8
- にんじん 8
- ホールコーン 8
- しょうゆ(こいくち) 2.5
- 塩(食塩) 0.24
- こしょう(白) 0.02
- フレーク節 2

ミニレモンゼリー
- ミニレモンゼリー 1こ

※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。

17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) 15
- にんじん 12
- はくさい 23
- ホールコーン 6
- 焼き豚 5
- うずら卵(水煮・レトルト) 15
- ねぎ 10
- 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) 8
- サラダ油(米サラダ油) 0.3
- 塩(食塩) 0.1

めばるの甘酢あんかけ
- めばる 1切
- 塩(食塩) 0.2
- こしょう(白) 0.03
- 本醸造酒 0.5
- かたくり粉 4
- 大豆油 2
- しょうゆ(こいくち) 3
- 三温糖 2
- 酢・米酢 1
- ケチャップ 6
- 水 3
- かたくり粉 0.1

じゃがいもとかぼちゃのサラダ
- じゃがいも 25
- 西洋かぼちゃ 20
- きゅうり 10
- マヨネーズ 8

豆乳プリン
- 豆乳プリン 1こ

18日(木)
麦ごはん
- 米・精白米 70
- おおむぎ・米粒麦 7

ふりかけ
- のりふりかけ(ごまなし) 1こ

豚肉の生姜焼き
- 豚ロース脂付(大型) 1枚
- しょうが 2
- しょうゆ(こいくち) 2
- みりん(本みりん) 0.65
- しょうゆ(こいくち) 1
- かたくり粉 0.1
- 三温糖 1
- みりん(本みりん) 1
- しょうが 1
- サラダ油(米サラダ油) 0.7

にんじんしりしり
- にんじん 25
- もやし(緑豆) 10
- ねぎ 5
- サラダ油(米サラダ油) 0.5
- いり卵 15
- まぐろ缶詰・油漬 12
- しょうゆ(こいくち) 0.25
- 塩(食塩) 0.25
- こしょう(白) 0.02

なすのみそ汁
- 豆腐(木綿) 15
- なす 15
- だいこん 15
- カットわかめ 0.5
- にんじん 8
- 豆みそ 7.8
- 煮干し 2.5
- ねぎ 8

オレンジ
- バレンシアオレンジ 1切

19日(金)
焼きそば
- 中華めん(ゆで) 81
- 豚もも・脂付(大型) 15
- キャベツ 45
- たまねぎ 9
- いか 14
- にんじん 14
- 青ピーマン 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

きなこ揚げパン
- コッペパン(給食用) 1こ
- 大豆油 5
- きな粉・全粒大豆 2.3
- 砂糖・上白糖 1.8
- 砂糖・粉糖 2.3
- 塩(食塩) 0.09

岐阜の枝豆
- えだまめ 15
- 塩(食塩) 0.2

冷凍みかん
- みかん(温州)・冷凍 1こ

加工食品配合表

2日　ヨーグルト
- 生乳　砂糖
- 脱脂粉乳　クリーム
- ゼラチン　香料

5日　星形かまぼこ
- 魚肉　うらごし南瓜
- 加工澱粉　馬鈴薯澱粉
- 砂糖　発酵調味料
- 食塩　加工油脂

5日　七夕ゼリー
- 【レモンゼリー】
- 砂糖・ぶどう糖果糖液糖
- 砂糖　ぶどう糖　レモン果汁
- 水　酸味料　ゲル化剤
- クエン酸鉄ナトリウム　香料
- 【グレープゼリー】
- 砂糖・ぶどう糖果糖液糖
- 砂糖　ぶどう糖　ぶどう果汁
- 水　酸味料　ゲル化剤
- ビタミンC　香料
- クエン酸鉄ナトリウム
- クチナシ赤色素
- 【モチーフ】
- うんしゅうみかん果汁
- 砂糖・ぶどう糖果糖液糖
- 水あめ　砂糖　粉末油脂
- 寒天　水　乳化剤
- ゲル化剤　香料　カロチノイド色素

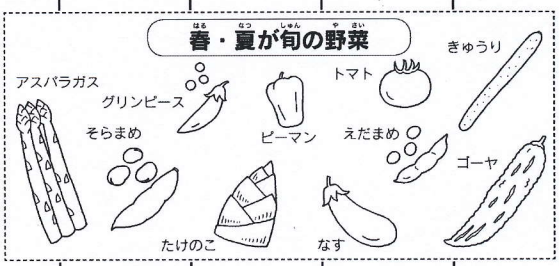
12日　のむヨーグルト
- 砂糖・異性化液糖
- 脱脂粉乳　加糖練乳
- イソマルトオリゴ糖シロップ
- 全粉乳　砂糖　クリーム
- リン酸三カルシウム
- 乳たんぱく質濃縮物
- 香料　ビタミンD　水

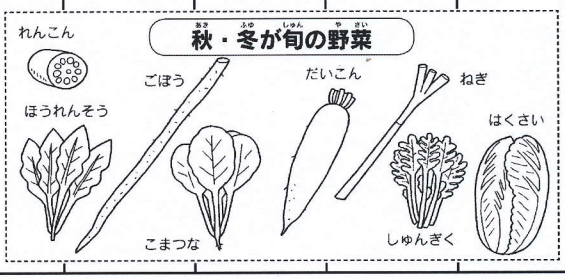
17日　豆乳プリン
- 豆乳　水あめ　ショートニング
- 砂糖　水溶性食物繊維
- 食塩　水　ゲル化剤
- 乳化剤　香料
- ピロリン酸第二鉄
- カロチノイド色素
- デキストリン　カラメル色素

8月30日　フローズンヨーグルト
- 砂糖　脱脂粉乳
- 粉あめ　バター
- 乳たんぱく　乳酸菌
- 香料　水

旬の野菜を食べましょう！

旬とは、野菜などがよくとれて、味がもっともよい時のことです。夏が旬の野菜には、植物の果実や種の部分を食べる「果菜類」が多いです。真夏の日差しをたっぷり浴びて育った野菜は、色鮮やかでみずみずしく、暑くて食欲が落ちやすい夏にとりたい栄養を豊富に含んでいます。季節を感じながら積極的にとりましょう。





8月30日(金)
夏野菜のカレーライス
- 米・精白米 70
- おおむぎ・米粒麦 7
- じゃがいも 30
- たまねぎ 35
- にんじん 10
- 西洋かぼちゃ 20
- 青ピーマン 5
- なす 15
- カットトマト(レトルト) 10
- 豚もも・脂付(大型) 10
- ワイン(赤) 1.5
- 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

皮はず天ぷら
- かわはぎロール 10
- 小麦粉(岐阜県産) 7
- かたくり粉 2.8
- しょうが・酢漬け 0.8
- あおのり(素干し) 0.07
- 大豆油 1.5

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

フローズンヨーグルト
- フローズンヨーグルト 1こ

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。