

# 5月給食だよ

毎月19日は、「食育の日」  
家庭でも「主食・主菜・副菜」がそろった  
食事を心がけましょう。

令和4年5月 輪之内町学校給食センター  
TEL 0584-69-4004

※ 牛乳は毎日つきます

(kcal) (kcal)

こどものひこんだて  
日献立

ひづけ 日付	しゅしょく 主食	しゅさい 主菜	ふくさい しるもの 副菜・汁物など	くだもの 果物・デザートなど	しょう 小3・4年基準	ちゅうがくせい 中学生
2月	ちらしずし (錦糸卵・一食刻みのり)	鶏肉のからあげ(2)	キャベツの塩こんぶあえ すまし汁	かしわもち	751	858
6金	ビビンバ(麦ごはん・豚肉と切り干し大根の炒め物・ナムル)	ワンタンスープ			600	701
9月	山菜ごはん	さばの塩焼き	キャベツのいそあえ ゆばのすまし汁	あまなつ 甘夏ゼリー	677	776
10火	黒パン	鶏肉のマーマレード焼き	大根サラダ(香りごまドレッシング) キャベツのクリームスープ		673	817
11水	チキンカレー(麦ごはん・チキンカレー)	ごぼうのあまがらめ	海藻サラダ(青じそドレッシング)		751	871
12木	丸パン	フィッシュポーション(ノンエッグタルタルソース)	キャベツのソテー	ポテトスープ	636	772
13金	麦ごはん	焼きぎょうざ(小2中3)	もやしのごまあえ	マーボー豆腐	685	815
16月	豚丼(麦ごはん・豚丼の具)	厚焼き卵	たけのこのみそ汁		599	700
17火	米粉食パン(いちごジャム)	さけのバジル焼き	小松菜入りポテトサラダ(ノンエッグマヨネーズ)	はるやさい 春野菜のスープ	689	813
18水	麦ごはん	鶏肉のレモンづけ(2)	ごぼうの五目煮	じゃがいものみそ汁	696	808
19木	ソフトめんトマトソースかけ(ソフトめん・トマトソース)	さつまいもと大豆のあげ煮	キャベツとほうれん草のサラダ(イタリアンドレッシング)		751	933
20金	麦ごはん	かつおの更紗あげ	ひじきの五目煮	さわにわん	683	789
23月	キムたくごはん	ポークシューマイ(小2中3)	チンゲンサイのアーモンドあえ	わかめスープ	613	716
24火	きなこパン	アスパラとコーンのソテー	肉だんごと野菜のスープ煮		616	763
25水	麦ごはん	あじの南蛮づけ	もやしと小松菜のおかかあえ	白みそ汁	630	728
26木	麦ごはん	焼きハンバーグ おろしソースかけ	ほうれん草とキャベツのごまあえ	豆腐ときのこのすまし汁	605	705
27金	麦ごはん	ししゃものお茶天ぷら(2)	高野豆腐の卵とじ	具だくさんみそ汁	674	783
30月	麦ごはん	いかのしょうが焼き	切り干し大根とツナの煮つけ	根菜のみそ汁	623	718
31火	小型パン	ささみのコーンフレークフライ	スパゲッティーナポリタン	フルーツあえ	639	784

しゅくいく ひ  
食育の日

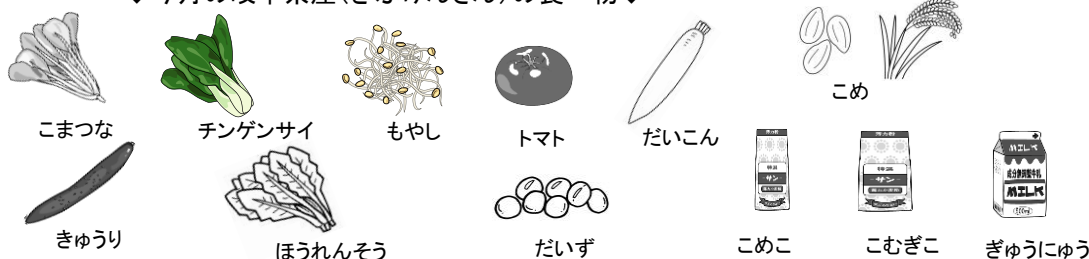
※菌のマークのついた料理は、よくかむことを意識して食べましょう。

☆学校給食は、「学校給食地産地消推進事業」により、県・市町村・JAグループから一部助成を受けています。

この事業では、安全でおいしい岐阜県産の農産物をたくさん使った給食をみなさんに食べてもらい、岐阜県の農産物のこと、農業のことを学んでもらいたいと考えています。

※献立は、材料入荷の都合により、変更することがあります。

## ◆今月の岐阜県産(ぎふけんさん)の食べ物◆



## ◆今月の魚(さかな)◆

- 9(月)さば
- 12(木)たら
- 17(火)さけ
- 20(金)かつお
- 25(水)あじ
- 27(金)ししゃも
- 30(月)いか

