



	月	火	水	木	金		
盛り付け図	<p>令和7年度 食育の日 献立テーマ</p> <p>すすんで魚を食べよう</p> <p>今月のお魚チャレンジは <b>あじ</b></p> <p>あじの名前の由来は、「味がいい」から「あじ」と呼ばれるようになったといわれています。値段も安く、食べやすいお魚です。あじは、一年中見かけますが、おいしい時期は、4月から7月だといわれています。</p> 		<p>学校給食目標</p> <p>食事のマナーを守ろう</p> <p>食事のあいさつ</p> <p>姿勢</p>  <p>「いただきます」や「ごちそうさま」は感謝の気持ちをあらわしています。</p> <p>いすに深く腰かけ、背筋を伸ばして足を床につけて食べます。</p>		1日	2日	
	あか	<p>牛乳 ちくわ 揚げ豆腐 みそ 青のり</p> <p>牛乳 ハンバーグ かまぼこ ゆば</p>		<p>なめたけあえ</p> <p>ちくわのいそべあげ(小2こ 中3こ)</p> <p>ごはん しんじやがいものみそしる</p> <p>かおりあえ</p> <p>★かしわもち</p> <p>ハンバーグのだいこんおろしソース</p> <p>ごはん ゆばとたけのこのすましる</p>	<p>牛乳 ちくわ 揚げ豆腐 みそ 青のり</p> <p>牛乳 ハンバーグ かまぼこ ゆば</p>	<p>なめたけあえ</p> <p>ちくわのいそべあげ(小2こ 中3こ)</p> <p>ごはん しんじやがいものみそしる</p> <p>かおりあえ</p> <p>★かしわもち</p> <p>ハンバーグのだいこんおろしソース</p> <p>ごはん ゆばとたけのこのすましる</p>	
	みどり	<p>小松菜 にんじん もやし なめたけ 大根 ねぎ</p> <p>しそ にんじん みつば 大根 キャベツ きゅうり たまねぎ たけのこ</p>		<p>みずなのサラダ</p> <p>シュガービーンズ</p> <p>(むぎごはん) カレーライス</p> <p>こまつな</p> <p>小松菜 にんじん もやし なめたけ 大根 ねぎ</p> <p>しそ にんじん みつば 大根 キャベツ きゅうり たまねぎ たけのこ</p>	<p>こまつな</p> <p>小松菜 にんじん もやし なめたけ 大根 ねぎ</p> <p>しそ にんじん みつば 大根 キャベツ きゅうり たまねぎ たけのこ</p>	<p>こまつな</p> <p>小松菜 にんじん もやし なめたけ 大根 ねぎ</p> <p>しそ にんじん みつば 大根 キャベツ きゅうり たまねぎ たけのこ</p>	
	き	<p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p> <p>米 砂糖 でん粉 じゃがいも</p>		<p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p> <p>米 砂糖 でん粉 じゃがいも</p>	<p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p> <p>米 砂糖 でん粉 じゃがいも</p>	<p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p> <p>米 砂糖 でん粉 じゃがいも</p>	
盛り付け図	<p>楕円の大きさについて</p> <p>大きい楕円と小さい楕円があり、イラストが違います。</p> <p>大きい楕円 い〜わ くん</p> <p>小さい楕円 はね い〜わ くん</p> <p>ごはんは大きい楕円、汁物や煮物は小さい楕円に配膳します。カレーやラーメン、焼きそばなどの1人当たりの量が多い料理は、大きい楕円に配膳します。</p>		<p>献立表の表記について★</p> <p>(例)</p> <p>パンサンスー</p> <p>しゅうまい(小2こ 中3こ)</p> <p>ごはん マーボー豆腐</p> <p>「小」は小学校、「中」は中学校分を表します。小学校は1人2個、中学校は1人3個という意味です。</p>		7日	8日	9日
	あか	<p>牛乳 豚肉 大豆</p> <p>牛乳 鶏肉 かまぼこ 揚げ豆腐 大豆 ツナ</p>		<p>みずなのサラダ</p> <p>シュガービーンズ</p> <p>(むぎごはん) カレーライス</p> <p>牛乳 豚肉 大豆</p> <p>牛乳 鶏肉 かまぼこ 揚げ豆腐 大豆 ツナ</p>	<p>こまつな</p> <p>小松菜 にんじん もやし なめたけ 大根 ねぎ</p> <p>しそ にんじん みつば 大根 キャベツ きゅうり たまねぎ たけのこ</p>	<p>おおかあえ</p> <p>さけのうめだれかけ</p> <p>ごはん にくじゃが</p> <p>牛乳 鶏肉 かまぼこ 揚げ豆腐 大豆 ツナ</p> <p>牛乳 鶏肉 かまぼこ 揚げ豆腐 大豆 ツナ</p>	
	みどり	<p>にんじん 水菜 玉ねぎ にんにく りんご</p> <p>しょうが グリンピース キャベツ レモン</p> <p>米 麦 じゃがいも 砂糖 油 小麦粉</p> <p>カレーライス オリーブ油</p>		<p>こまつな</p> <p>小松菜 にんじん もやし なめたけ 大根 ねぎ</p> <p>しそ にんじん みつば 大根 キャベツ きゅうり たまねぎ たけのこ</p>	<p>おおかあえ</p> <p>さけのうめだれかけ</p> <p>ごはん にくじゃが</p> <p>牛乳 鶏肉 かまぼこ 揚げ豆腐 大豆 ツナ</p> <p>牛乳 鶏肉 かまぼこ 揚げ豆腐 大豆 ツナ</p>	<p>おおかあえ</p> <p>さけのうめだれかけ</p> <p>ごはん にくじゃが</p> <p>牛乳 鶏肉 かまぼこ 揚げ豆腐 大豆 ツナ</p> <p>牛乳 鶏肉 かまぼこ 揚げ豆腐 大豆 ツナ</p>	
	き	<p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p> <p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p>		<p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p> <p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p>	<p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p> <p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p>	<p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p> <p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p>	
盛り付け図	12日	13日	14日	15日	16日		
	あか	<p>牛乳 鶏肉 大豆 豚肉</p> <p>牛乳 豆腐のステーキ えびしんじょう 揚げ豆腐のり わかめ</p>		<p>きりほしだいこんのごまずあえ</p> <p>さばのみそだれかけ</p> <p>(ごはん) ぶたどん</p> <p>牛乳 鶏肉 大豆 豚肉</p> <p>牛乳 さば みそ ハム 豚肉 厚揚げ</p>	<p>やさいとピーンのいためもの</p> <p>ぎょうざのあまずあんかけ(小2こ 中3こ)</p> <p>ごはん ちゅうかスープ</p> <p>牛乳 鶏肉 大豆 豚肉</p> <p>牛乳 ぎょうざ 豚肉 いか</p>	<p>ひじきのしそふうみあえ</p> <p>とりにくのおからあげ</p> <p>ごはん よしのじる</p> <p>牛乳 鶏肉 豆腐 ひじき</p> <p>牛乳 鶏肉 豆腐 ひじき</p>	
	みどり	<p>にんじん トマト しょうが にんにく</p> <p>枝豆 キャベツ 玉ねぎ マッシュルーム</p> <p>クロスロール ココア牛乳の素 はちみつ ペンネ 砂糖 でん粉 ドレッシング 油</p>		<p>にんじん 切干大根 きゅうり コーン</p> <p>玉ねぎ ねぎ しょうが こんにやく</p> <p>米 砂糖 でん粉 ごま油</p> <p>米 砂糖 でん粉 ごま油</p>	<p>にんじん たら ちんげんサイ もやし</p> <p>玉ねぎ たけのこ きくらげ</p> <p>米 砂糖 でん粉 とうもろこし 油</p> <p>米 砂糖 でん粉 とうもろこし 油</p>	<p>にんじん しょうが 梅 キャベツ もやし</p> <p>きゅうり 玉ねぎ 枝豆 こんにやく</p> <p>米 砂糖 でん粉 じゃがいも 砂糖 油</p> <p>米 砂糖 でん粉 じゃがいも 砂糖 油</p>	
	き	<p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p> <p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p>		<p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p> <p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p>	<p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p> <p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p>	<p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p> <p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p>	
盛り付け図	19日	20日	21日	22日	23日		
	あか	<p>牛乳 ツナ あじフライ 鶏肉</p> <p>牛乳 厚焼き卵 鶏肉 揚げ豆腐 みそ ひじき</p>		<p>ツナいりじゃこキャベツ</p> <p>いかフライのレモンに</p> <p>ごはん しんたけのごぼうのもの</p> <p>牛乳 いかフライ ツナ 鶏肉 高野豆腐 はんぺん しらす</p>	<p>かんてんサラダ</p> <p>しゅうまい(小2こ 中3こ)</p> <p>(ちゅうかめん) やさいしおラーメン</p> <p>牛乳 しょうまい 豚肉 なた</p> <p>牛乳 しょうまい 豚肉 なた</p>	<p>ゆかりあえ</p> <p>かつおのとさずづけ</p> <p>ごはん しろみそしる</p> <p>牛乳 かつお 豆腐 揚げ豆腐 みそ</p> <p>牛乳 かつお 豆腐 揚げ豆腐 みそ</p>	
	みどり	<p>みつば にんじん 小松菜 たけのこ</p> <p>しょうが 大根 ごぼう えのきたけ こんにやく</p> <p>米 砂糖 油</p>		<p>にんじん レモン キャベツ ごぼう</p> <p>たくあん たけのこ 枝豆 こんにやく</p> <p>米 砂糖 油 ごま ごま油</p> <p>米 砂糖 油 ごま ごま油</p>	<p>ちんげんサイ にんじん 寒天 コーン</p> <p>キャベツ もやし たまねぎ ねぎ</p> <p>中華めん 砂糖 ごま油</p> <p>中華めん 砂糖 ごま油</p>	<p>しそ にんじん 水菜 もやし キャベツ</p> <p>大根 玉ねぎ</p> <p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも ハヤシロウ ドレッシング 油</p> <p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも ハヤシロウ ドレッシング 油</p>	
	き	<p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p> <p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p>		<p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p> <p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p>	<p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p> <p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p>	<p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p> <p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p>	
盛り付け図	26日	27日	28日	29日	30日		
	あか	<p>牛乳 ウインナー ツナ</p> <p>牛乳 チジミ 豚肉 みそ 豆腐</p>		<p>しんごぼうのごまあえ</p> <p>いわしのしょうがに</p> <p>ごはん あおさじる</p> <p>牛乳 いわしの生姜煮 厚揚げ みそ あおさ</p>	<p>やさいのかおりづけ</p> <p>コロッケ</p> <p>ごはん かきたまじる</p> <p>牛乳 卵 コロッケ</p> <p>牛乳 卵 コロッケ</p>	<p>アスパラサラダ</p> <p>ひとくちさわらのレモンソース</p> <p>(むぎごはん) カルシウムい〜わハヤシ</p> <p>牛乳 さわら ハム 豚肉</p> <p>牛乳 さわら ハム 豚肉</p>	
	みどり	<p>パセリ にんじん トマト 玉ねぎ</p> <p>キャベツ 大根 しめじ コーン いちご</p> <p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p>		<p>にんじん 新ごぼう きゅうり 大根</p> <p>えのきたけ ねぎ</p> <p>米 砂糖 ごま</p> <p>米 砂糖 ごま</p>	<p>小松菜 にんじん みつば もやし</p> <p>玉ねぎ 大根 ほししいたけ</p> <p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p> <p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p>	<p>アスパラガス にんじん 小松菜 トマト</p> <p>レモン キャベツ 玉ねぎ カリフラワー</p> <p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも ハヤシロウ ドレッシング 油</p> <p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも ハヤシロウ ドレッシング 油</p>	
	き	<p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p> <p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p>		<p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p> <p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p>	<p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p> <p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p>	<p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p> <p>米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 油</p>	

\* 赤・・・血・肉・骨になる食品

緑・・・体の調子を整える食品

黄・・・熱や力になる食品

◆太字は岩倉産の野菜です。

★業者直送で、容器は回収します。

みんなのアイデアメニュー

魚には骨があります。よく噛んで注意して食べましょう。