

令和7年9月 池田町大野町学校給食献立予定表



月	火	水	木	金
1 牛乳 さけの白しょうゆ焼き 乾物の和え物 麦ごはん 花かまぼこのすまし汁 エ 701 kcal 塩 3.4 g	2 牛乳 白身魚フライ グリーンサラダ ノンエッグタルタルソース ☆バーガーパン サイコロスープ エ 585 kcal 塩 2.9 g	3 メニューコンクール 受賞作品献立 牛乳 厚揚げの そばろおろし あんかけ チンゲン菜のごま和え 鮭梅ごはん 沢煮椀 エ 586 kcal 塩 2.8 g	4 牛乳 ポーク しゅうまい (保小2、中3) フルーツのカクテルゼリーよせ ☆はくはん 麻婆豆腐 エ 677 kcal 塩 1.6 g	5 池田小6年生 リクエスト献立 牛乳 せんいちちゃん 鶏肉の スタミナ焼き 高野豆腐とツナの煮物 麦たっぷりごはん 白みそ豚汁 エ 652 kcal 塩 2.5 g
8 牛乳 焼き栗 コロッケ 海藻サラダ ☆ソフト麺 カレーソース エ 706 kcal 塩 2.9 g	9 牛乳 豚肉の パ・ベ キューソース 焼き 二色ポテトサラダ いちごジャム ☆食パン キャベツの 豆乳みそスープ エ 595 kcal 塩 3 g	10 和食の日 牛乳 かつおの 香味揚げ こんにゃくのおかか煮 麦ごはん 五目野菜汁 エ 616 kcal 塩 2.1 g	11 牛乳 ハンバーグの 和風ソースかけ 即席漬け 麦ごはん なすのみそ汁 エ 596 kcal 塩 2.4 g	12 味の旅～ 鳥取県 牛乳 わかさぎの から揚げ (保小2、中3) もやしの磯和え ☆和梨ゼリー どんどろけ飯 冬瓜のすまし汁 エ 585 kcal 塩 2.4 g
15 敬老の日 牛乳 たらの 南濃みかん ジャムがらめ 大根サラダ ☆黒砂糖食パン ミネストローネ エ 650 kcal 塩 2 g 未満	16 牛乳 ちくわの 磯辺揚げ (保小2、中3) 豚キムチ丼の具 ☆みかんゼリー チンゲン菜の スープ エ 617 kcal 塩 2.2 g	17 牛乳 さわらの マヨフレック 焼き ごぼうのうま煮 ☆はくはん 玉ふのすまし汁 エ 690 kcal 塩 2.2 g	18 食育の日 牛乳 鶏肉の しょうゆこうじ 焼き 昆布和え 麦ごはん 呉汁 エ 602 kcal 塩 2.3 g	19 牛乳 あじの ごま焼き ゆかり和え ☆りんご 里芋のみそ汁 エ 585 kcal 塩 2.2 g
22 牛乳 大学芋 三色ナムル ☆中華麺 塩ラーメンのスープ エ 607 kcal 塩 2.8 g	23 秋分の日 牛乳 【今月の食育の日】・・・19日(金) 呉汁には、池田町農業婦人クラブの人たちが 作ってくださった「蒸し大豆と地みそ」を 使います。また、鶏肉の味付けには、大野町 産の「塩こうじ」を使います。 エ 603 kcal 塩 3.1 g	24 牛乳 いかの ねぎ塩焼き じゃがいものそばろ煮 麦ごはん 豆腐のすまし汁 エ 585 kcal 塩 2.1 g	25 牛乳 あじの ごま焼き ゆかり和え ☆りんご 里芋のみそ汁 エ 585 kcal 塩 2.2 g	26 牛乳 焼きウインナー (保小1、中2) こんにゃくサラダ 麦ごはん 秋野菜カレー エ 698 kcal 塩 2.5 g
29 牛乳 肉団子の 甘酢あんからめ きゅうりの中華和え 麦ごはん わかめスープ エ 621 kcal 塩 2.7 g	30 牛乳 スペイン風 オムレツ ほうれん草サラダ ☆食パン ポークビーンズ エ 586 kcal 塩 2.9 g	学校給食では地産地消をすすめています！ 【今月の岐阜県産の食材】＊天候などにより、使用できない場合もあります。 ・米・牛乳・豆腐・厚揚げ・米粉・もやし・切干大根・小松菜・チンゲン菜 ・ほうれん草・干しいたけ・南濃みかんジャム・大豆(池田町・大野町) ・なす(池田町)・ピーマン(池田町)・豆みそ、米みそ(池田町) ・こんにゃく(池田町)・塩こうじ(大野町)・はちみつ(大野町) ※材料の入荷の都合により献立が変更になる場合もあります。 ※学校給食は「学校給食地産地消推進事業」によって、県・市町村、JAグループの助成を受けています。 ※「☆」は学校、園へ業者が配送するデザート、委託米飯、パン、麺です。 ※池田町・大野町の食材を使用した日は、日にちの横に「ちやちやまる・ローズちゃん・パーシーちゃん」がついています。		

食の備えを見直しましょう

1923年9月1日に関東大震災が発生したことにちなみ、9月1日は「防災の日」です。秋は台風シーズンということに加え、近年では気候変動の影響から豪雨も頻発し、各地で甚大な被害が相次いでいる状況です。台風の予報が出てから慌てて買いに行き売り切れ...ということのないよう、日ごろから水や食料品は多めにストックしておくことで安心です。

水や食料品は最低3日分、できれば1週間分を備えておくことが勧められています。日常よく食べているものを多めに買い置きし、食べたら買い足す「ローリングストック」で無理なく備えましょう。

今月は...「トマト」を使ったレシピの紹介！
～ミネストローネ～

- ＜材料(約4人分)＞

オリーブ油 2g

ベーコン 32g

たまねぎ 80g

にんじん 40g

かぼちゃ 60g

水煮ダイズトマト 60g

キャベツ 60g

☆コンソメ 4.8g

☆塩 1.6g

☆こしょう 少々
- ＜作り方＞

①ベーコンは1cm幅、たまねぎ、にんじんは皮をむいて1cm角に切り、かぼちゃは皮つきのまま1cm角に切る。キャベツ1cm幅のざく切りにする。

②鍋にオリーブ油とベーコンを入れて火にかけ、焦がさないように炒める。

③ベーコンに火が通ったら、たまねぎを入れ、しんなりするまで炒める。

④にんじん、かぼちゃを加えてさっと炒めたら、水煮トマトと水を加えて煮込む。その際アクが出れば、取り除く。

⑤キャベツと、☆の調味料を加え、よく煮込んだら完成。

☆私が考えた学校給食メニューコンクール☆ 受賞作品 『鮭梅ごはん』

岐阜県学校給食会が主催する「令和6年度 私が考えた学校給食メニューコンクール」に応募し、主食部門で優秀賞を受賞した、宮地小6年(現:池田中1年)宮内彩愛さんが考えた作品「鮭梅ごはん」のレシピです。給食用にアレンジをして、9月3日(水)の給食に登場します。

- ＜材料(4人分)＞

米 2合

水 360ml

酒 大さじ1

昆布 1枚 (10cm×10cm)

生鮭切り身 2切

塩 少々

梅干し 2～3個

大葉 好きな量
- ＜作り方＞

① 昆布は、濡らしたペーパータオルで表面をふいてから、30分位水(分量外)につけておく。鮭は塩を振って10分位おいておく。

② 米を洗い、土鍋に水と酒を入れる。そこに、①の昆布と鮭を、それぞれペーパータオル等で水気をとってのせ、梅干しも種ごとのせる。

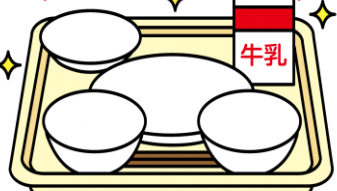
③ 蓋をして、強火にかける。沸騰してきたら、弱火にして10分炊いた後、火を止めて10分蒸らす。

④ 蓋を開け、鮭の骨や梅干しの種を取りのぞく。仕上げに、食べやすい大きさに切った大葉を加えて、よく混ぜたら完成。

感謝の気持ちを持って食べましょう



食べ物の命をいただいていること、食事ができるまでにはたくさんの人が関わっていることを忘れずに、味わっていただきましょう。



池田町大野町学校給食センター

[illegible]

※コンタミネーションについては記載していません。給食に使用する材料について、ご不明な点がございましたら、池田町大野町学校給食センター（TEL35-5511）までご連絡ください。

★大豆白絞油の【大豆】、★ごま油の【ごま】については毎回表示しません