

令和7年11月 池田町大野町学校給食献立予定表



月	火	水	木	金
3 文化の日 エ...エネルギー、塩...塩分 ＜基準値＞ エ 650 kcal 塩 2 g未満	4 大野小6年生 リクエスト献立 メンチカツ ケチャップ ソースかけ シャキシャキサラダ 牛乳 ☆バーガーパン ABCスープ エ 613 kcal 塩 2.9 g	5 牛乳 焼きししゃも (保小中2) カレーきんぴら ☆納豆 麦ごはん 麦みそ汁 エ 627 kcal 塩 2.5 g	6 牛乳 ポークしょうまい (保小2、中3) フルーツの青りんごゼリーよせ ☆はくはん 豆腐の中華煮 エ 655 kcal 塩 1.7 g	7 池田町制70周年 記念献立 たらの お茶フライ こんにゃくの地みそ炒め 味付けのり 麦ごはん 五目野菜汁 エ 597 kcal 塩 1.8 g
10 メニューコンクール 受賞作品献立 六ッ之井ポテト ゆかり和え ☆ソフトめん 肉みそソース エ 701 kcal 塩 2.8 g	11 牛乳 ほうれん草入り オムレツ 大根サラダ ブルーベリー ジャム ☆米粉入り食パン ポークビーンズ エ 612 kcal 塩 2.6 g	12 牛乳 さけの 甘酢あんかけ キャベツと白菜の煮びたし 麦ごはん 根菜のごまみそ汁 エ 632 kcal 塩 2.7 g	13 牛乳 ～味の旅～ 長野県 山賊焼き もやしのナムル キムタクごはん わかめスープ エ 637 kcal 塩 3.3 g	14 牛乳 北小6年生 リクエスト献立 焼きウインナー (保小1、中2) 海藻サラダ 麦ごはん 秋野菜カレー エ 687 kcal 塩 3.0 g
17 牛乳 厚揚げの みそかけ ごぼうと牛肉のしぐれ煮 麦ごはん 五目かきたま汁 エ 650 kcal 塩 2.1 g	18 牛乳 鶏肉のはちみつ ロースト ほうれん草のサラダ ☆黒砂糖食パン ジュリエンスープ エ 585 kcal 塩 2.9 g	19 牛乳 食育の日 豚肉の 柿ジャムがらめ 切干大根のごま和え ☆ヨーグルト 麦ごはん さつまいもの白みそ汁 エ 723 kcal 塩 2.5 g	20 牛乳 さわらの もみじ焼き 大豆の磯煮 ☆はくはん 紅葉汁 エ 648 kcal 塩 1.8 g	21 牛乳 和食の日 さばの竜田揚げ 白菜の昆布和え 麦ごはん 大根の地みそ汁 エ 658 kcal 塩 2.1 g
24 振替休日 【今月の食育の日】...19日(水) 「豚肉の柿ジャムがらめ」は、揚げた豚肉 に、大野町産の柿ジャムを使ったたれをか らめて作ります。「さつまいもの白みそ汁」 には、池田町産のさつまいもがたっぷり 入っています。	25 牛乳 せんいちちゃん ハンバーグの デミソースかけ ごぼうとれんこんのサラダ ☆食パン ☆富有柿 (ふゆがき) 根菜ポトフ エ 604 kcal 塩 2.8 g	26 牛乳 池田のさつまいも コロッセ 塩こうじ入り豚丼の具 麦ごはん 糸かまぼこのすまし汁 エ 642 kcal 塩 2.1 g	27 牛乳 春巻 春雨の中華和え 麦ごはん キムチゲ エ 703 kcal 塩 2.4 g	28 牛乳 カミカミ王子 さんまのしょうが煮 (保、小) さんまの塩焼き (中) 菜めし 豚汁 エ 585 kcal 塩 2.6 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・米粉・大根・もやし・ほうれん草・枝豆・きゅうり・切干大根・干しいたけ
- ・厚揚げ・納豆・大豆(池田町、大野町)・こんにゃく(池田町)・お茶(池田町)・豆みそ(池田町)
- ・米みそ(池田町)・キャベツ(池田町他)・さつまいも(池田町他)・大根(池田町他)・富有柿(大野町)
- ・塩こうじ(大野町)・はちみつ(大野町)・柿ジャム(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「ちゃちまる・ローズちゃん・パーシーちゃん」がついています。

日本人の伝統的な食文化「和食」に親しもう

「和食」という何を思い浮かべますか？ ご飯・みそ汁・おかずの組み合わせや、すし、そば、うどん、天ぷら、おでんなどの料理を思い浮かべる人もいるかもしれません。また、ラーメンやカレーといった外国から伝わった料理も、アレンジが加えられて日本独自の料理として発展し、外国人観光客にも人気のグルメとなっています。一方で、ライフスタイルの変化によって、地域に伝わる郷土料理や行事食などの伝統的な食文化が失われつつあり、その保護・継承が課題となっています。そのような背景から、2013年に「和食；日本人の伝統的な食文化」がユネスコ無形文化遺産へ登録されました。

「和食」の特徴

- 多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重
- 健康的な食生活を支える栄養バランス
- 自然の美しさや季節の移ろいの表現
- 正月などの年中行事との密接な関わり

日本の食文化を大切にするために、心がけたいこと

食器を正しく並べましょう

「いただきます」「ごちそうさま」を心を込めて言いましょう

お箸を正しく使いましょう

地域に伝わる郷土料理や行事食を味わっていきましょう

☆私が考えた学校給食メニューコンクール☆受賞作品 『六ッ之井ポテト』

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、副菜部門で優秀賞を受賞した、池田小6年(現：池田中1年)野津大貴さんが考えた作品「六ッ之井ポテト」のレシピです。給食用にアレンジをして、11月10日(月)の給食に登場します。

＜材料(5人分)＞

- じゃがいも 10個
- 小麦粉 適量
- 塩 適量
- お茶の葉 25g

＜作り方＞

- ① じゃがいもは皮をむき、食べやすい大きさに切る。
- ② 30分ほど水にさらしたら、水気をふき取り、小麦粉をまぶす。
- ③ 200℃ほどの油で、じゃがいもが浮いてくるまで揚げる。
- ④ 皿に出し、塩とお茶の葉を全体にまぶしたら、完成。

今月は...「ごぼう」を使ったレシピの紹介！

＜材料(約4人分)＞

- ごぼう 32g
- だいこん 80g
- にんじん 40g
- さといも 40g
- ねぎ 12g
- こんにゃく 40g
- 油揚げ 8g
- 油 小さじ2
- ★和風顆粒だし 小さじ1/2
- ★酒 小さじ1
- ★みりん 小さじ1
- ★ねりごま 大さじ1/2(8g)
- 白みそ 大さじ2
- すりごま 小さじ2(4g)

～根菜のごまみそ汁～

一人当たりの野菜の量 41g/350g

＜作り方＞

- ①ごぼうはさがきにし、水にさらす。だいこん、にんじん、さといもはいちょう切りにする。こんにゃくと油揚げは、短冊切りにし、下茹でをする。ねぎは、小口切りにする。
- ②鍋に油を熱し、ごぼう、だいこん、にんじん、こんにゃくを加えて炒める。全体に油がなじんだら、約500mlの水を加えて煮る。アクが出てきたら、その都度とりながら煮る。
- ③さといもと油揚げを加え、具材がやわらかくなるまで煮る。
- ④★の調味料をそれぞれ加え、白みそは溶きながら加える。
- ⑤仕上げに、すりごまとねぎを加えたら完成。

池田町大野町学校給食献立予定表

池田町大野町学校給食センター

[illegible][illegible]

※牛乳は毎日つきます。

※★印の食品原材料については、別紙『学校給食年間使用物資原材料配合表』（年度当初に対象者に配布済）に記載しています。

※【 】には、特定原材料8品目（えび、かに、くるみ、小麦、そば、卵、乳、落花生）と準特定原材料20品目（アーモンド、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、マカダミアナッツ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン）についてアレルギー表示をしています。

※揚げ物をする場合は、油を複数回使用するため、えびや小麦粉などアレルギーの原因となる食品を使用する場合があります。

※ししゃもやわかさぎなど、丸ごと食べる小魚は卵を含んでいることがあります。また、えび、かにを食べている場合があります。

※青のり、海藻、魚のすり身等の海産物には、えび、かにが混ざる場合があります。

※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

《アレルギー表示について》

★こいくちしょうゆ、★うすくちしょうゆ、★白しょうゆの【小麦、大豆】、

★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