



Main menu table with columns for days of the week (月, 火, 水, 木, 金) and rows for specific dates (3, 4, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 13, 14, 17, 18, 19, 20, 21, 24, 25, 26, 27, 28). Each cell contains meal names, ingredients, and energy values.

【幼児園未満児対応】
4日(火) ホキの磯辺揚げ
21日(金) グリルチキン
25日(火) ホキのお好みカップ焼き
【基準値】
(小学校中学年)エネルギー 650kcal

カミカミ王子です!
今月は、「歯と口の健康週間」にちなみ、3日(月)~7日(金)をカミカミ週間として、かみごたえのあるメニューや歯に良い食べ物を使ったメニューが登場します。
わたしは、かつぱの河太郎(かわたろう)です。揖斐川町で作った食べ物を給食で使った日に登場します。こんだて表の中からさがしてみてね!

学校給食は、「学校給食地産地消推進事業」により、岐阜県、揖斐川町、JAグループの一部助成を受けています。
安全でおいしい岐阜県の米や野菜を使った給食を食べることで農業のことを学んでもらいたいと考えています。
お米はすべて揖斐川町産「はつしも」です。
※印のついたものは、学校配送・ゴミは給食センターで一括回収です。
諸事情により、献立を変更する場合があります。

毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」
「食べる力」=「生きる力」を育みましょう

「人生100年時代」といわれるようになりました。生涯にわたって、心身ともに健康で生き生きと暮らしていくために、あらゆる世代の人が「食べる力」を身につける必要があります。特に、子どもたちに対しては、健全な心と体を培い、豊かな人間性を養っていく基礎となる「食育」を、家庭・学校・地域が連携し、推進していくことが重要です。

食育とは...
(食育基本法・前文より)
●生きる上での基本であって、知育・徳育および体育の基礎となるべきもの
●さまざまな経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること

食育で育てたい「食べる力」

1 心と身体の健康を維持できる
2 食事の重要性や楽しさを理解する
3 食べ物の選択や食事づくりができる
4 一緒に食べたい人がある(社会性)
5 日本の食文化を理解し伝えることができる
6 食べ物やつくる人への感謝の心

こんなことも食育です
買い物や料理など、一緒に食事の支度をする
家族や仲間と楽しく食卓を囲む
地域の郷土料理や行事食を味わう

オリンピック応援こんだて 21日(金)
2024年にフランスで開催されるオリンピックにちなんだメニュー。先月に引き続き、今月はフランス南部の家庭料理「ガルビュール」が登場します。

〇〇県のこんだて 17日(月)
〇〇県の魚「とびうお」をカレー味の天ぷらにします。とびうおは、自身でさっぱりしているのので食べやすく、〇〇県では、刺身や汁ものだしなどにして食べられています。

食育の日こんだて...19日(水)
春日地区で栽培された沢アザミを豚肉やこんにやくと炒め煮にします。沢アザミは、「飛騨・美濃伝統野菜」に認証されている野菜です。現在32品目(野菜27、果樹5)が認証されている中のひとつです。

おすすめ給食レシピ
ガルビュール★21日(金)の献立より
【材料 4人分】
オリーブ油 小さじ1
ベーコン 20g
たまねぎ 中1/2個
にんじん 3cm程度
じゃがいも 中1個
キャベツ 1枚
白いんげん豆(ゆで) 40g
セロリー 少々
ローリエ(あれば) 1枚
コンソメ 4g
塩 少々
こしょう 少々
【作り方】
①たまねぎ、にんじん、じゃがいもは1.5cmくらいの角切りにする。ベーコンは1cm幅、キャベツは、1.5cmくらいに切り、セロリーは薄切りにする。
②なべを熱し、オリーブ油を入れ、①と豆を加えて炒める。
③全体に油がまわったら、ひたひたの水を入れ、ローリエを加えて煮る。
④ひと煮立ちしたらコンソメを加えて野菜が柔らかくなるまで煮込む。
⑤塩、こしょうで味をととのえて仕上げる。
※味つけは好みで加減してください。

Main table showing school lunch menus and ingredients for dates 3日 (月) through 17日 (月). Columns include date, menu name, and a list of ingredients with quantities.

Main table showing school lunch menus and ingredients for dates 18日 (火) through 28日 (金). Includes a detailed allergen information table at the bottom right with columns for specific allergens like eggs, milk, wheat, etc.

※ 牛乳は毎日つきます。
※ 材料の分量は、小学校中学年を基準としたものです。
※ ◆印は令和6年度基本物資です。
※ ○印は加工品です。
※ 【 】内の表示は、アレルギー特定原材料です。
※ 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。
※ ししやもなど、丸ごと食べる小魚は卵を含まれていることがあります。
※ 海藻や魚のすり身等の海産物には、えび、かにかが混ざる場合があります。