

うう こんだてよていひょう 💗

2025 敷島学校給食センター

地産地消

1	73	曜日	こんだてのなまえ			しょくひんのしゅるいとはたらき			
***	Ď		主食	*************************************	副食		みどり からだのちょうしをととのえるもの		でんごんぱん
15	1	木	パターロールパン		かぼちゃとひきにくのフライ			こむぎこ パンこ さとう	給食センターにはフライヤー という大きな場げ物機があり ます。フライヤーの中には約 80kgの油が入ります。揚げ る温度と振うる時間を設定する るとベルトコンベヤーのよう
2 金 むさにはん						レンズまめ ウインナー	にんじん	ರಿತೆ	みます。安全に使うために調理員さんが機械の点検もしっかり行っています。 昨日に続き、給食センターに
12 12 13 14 15 15 15 15 15 15 15	2	金	むぎごはん	WIEK		ほっけ	だいこん きゅうり こまつな とうもろこし	わふうドレッシング	日の「ほっけ」はオーブンで焼きます。給食センターには、一度に 300以上の数を焼くことができる大きなオープンが2台あります。調理員さんは、温度や時間を調
13 大 16 15 15 15 15 15 15 15						あつあげ	みかん		ਰੋ.
1		水	こどものひ こんだて》		かつおフライ	ぎゅうにゅう	EUGC ENON ALAW		5月5日はこどもの日です。 端午の節句(たんごのせっ く)とも言い、子どもの健や かな成長を願う日です。春が
13 大 プローンプリームスープ おゅうだん 一回 プローンプリームスープ ボース プローンプリーム プローンプリーム プローンプリーム プローンプリーム プローンプリース プローンプリーム プローンプリー プローンプリーム プローンプリー	7					とうふ なると こんぶ(だし)	もやし		国のに打のこは、まっすぐに ぐんぐんと伸びることや竹は 枯れることが少なく、病気に も強いことから縁起の良い食 べ物としてこどもの日の行事 食に食べられてきました。
12 月 ちゅうかどん 日本					かしわもち	##3F#3			タンドリーチキンは、イン ドの料理です。鶏肉をカ
9 金 カンシー・フィーフ まっとしょう なまクリーム とうちろとし たまねぎ パセリ バター こめあぶら ヤキシリン まっとしょう なまクリーム とっちんとしょうか (こうしょう フィンピーフ)と あかさかとまと (こうしょう フィンピーフ) マッシュルーム あかさかとまと (こうしょう フィンピーフ) マッシュルーム あかさかとまと (こうしょう フィンピーフ) カラフルサン カラフルサンダー おっさいとまと (こうしょう フィンピーフ) カラフルサンダー スポース カッシュルーム あかさかとまと (この おぎ きょうかまい) 特別・日本・イタリアンドレッシッグ (元表) はままま 無理は実大性を (元の ままり) かっちいとまと はちみつレモンゼリー はちみつレモンゼリー はちみつレモンゼリー はちみつレモンゼリー はちみつレモンゼリー はちみつレモンゼリー のじら ぶたにく なると いか えび さくらげ アンゲッサイ しょうが このあぶら かたくい こがります。 地域の こまがらままり 地域の こまがらままり 地域の こまがらままり にああらら かたくい この ひじま きょうかまい はのようが まっとし このあぶら かたくり こまがらま かにくまり こがあらら かたくり こまがらま いたん このあぶら かたくり こまがらま こしんようが アイマリアンド しょうが まっとし このあぶら かたくり こまがらま いたん このあらら かたくい こまがらま こしんようが アイマリング こまがら かたくり こまがらま こしんようが アイマリング こまがらま こと いか まっとり このあらら かたくり こまがらま ことしょうが はったん このあらら かたくい こまがらま ことしょうが スター・ファン・ファン・ファン・ファン・ファン・ファン・ファン・ファン・ファン・ファン	8	木	こどもパン			とりにく ヨーグルト			レー粉・ヨーグルト・にん にくなどを合わせたものに 漬け込んで、タンドールと いう大きな釜で焼きます。 タンドールという釜では、 ナンと呼ばれるインドのパ
13 大 カレーつけうどん 日本 カレーつけうどん 日本 カレーフけうどん 日本 カレーフリック・ファック・ファック・ファック・ファック・ファック・ファック・ファック・ファ						ぎゅうにゅう なまクリーム	えだまめ とうもろこし たまねぎ パセリ		
カラフルサラダ ハム あかパフリカ まにアリカ えにまめ			ワインピーフと あかさかとまとの ハヤシライス	WILK .		(こうしゅうワインビーフ)	マッシュルーム あかさかとまと	こめ むぎ きょうかまい こめあぶら ハヤシルウ	甲斐市産のワインビーフと 赤坂とまとを使ったハヤシ ライスです。地域の食べ物 を地域で消費することを地 産地消と言います。地産地 当は、野様な食べ物を半難
12 月	9	金			カラフルサラダ			イタリアンドレッシング	を逃さずに食べられ、輸送 にかかる時間とお金が少な くて済みます。地域の農業 の活性化になったり、郷土 を愛する心を育むことにも
12 月 ちゅうかどん ではシューマイ			ちゅうかどん	MIX	はちみつレモンゼリー		はくさい チンゲンサイ しょうが	こめ むぎ きょうかまい こめあぶら かたくりこ	南小2年校外学習 5月になり、気温が高くなる日が増えてきます。私た
はるさめサラダ ハム キャベツ きゅうり にんじん ちゅうかごまドレッシング に気をごかごまドレッシング 大い方で非常圏学校 数中1年間学校 数中1年間学校 数中1年間学校 数中1年間学校 数中1年間学習 13 火 カレーつけうどん 本 カレーつけうどん まもうにゅう まもうにゅう まもったゅう まもったゅう まもったゅう まもったゅう まもったゅう まもったゅう まもったゅう まもったゅう まもったゅう まったんそう とうもろこし こめあぶら こめあぶら に関係しましまり でもしましまり でもしましまり でもしまいましまり でもしまいましまり でもしまいましまり でもしまいましまり でもしまいましまり でもいまいましまり でもいまいまいましまり でもいまいまいましまり でもいまいましまり でもいまいましましまり でもいまいましましましましま でもいまいましましましましましましましましましましましましましましましましましまし	12	月			ひじきシューマイ		たまねぎ キャベツ しいたけ		ちの体の半分以上は水分でできています。のとが渇いたなと思う前にこまめに改きが 分補給をしましょう。皮酸 飲料やジュースなどの甘い 飲み物は、余計にのどが渇
13 火 カレーつけうどん ぶたにく によっきっな ねぎ うどん カレールウ かけ合わせた指標を下してレージ」と言い、 おの音を知ることがです。 であるぶら であるが、									に気をつけましょう。 北小5年林間学校 敷中1年宿泊学習
13 火 カレーづけうどん	13	火	カレーつけうどん	7711.X					かけ合わせた指標を「フードマイレージ」と言い、食料の輸送が地球環境に与きまる影響を知ることができます。多くの食料を輸入して
### 14 (水) は先生方の研究会のため、給食なしです。 14 (水) は先生方の研究会のため、給食なしです。							ほうれんそう とうもろこし	- TY	ジが高い傾向にあります。 買い物をする時、国産のも のや地域の食材を選ぶな ど、環境に配慮した食生活 にも目を向けてみましょ う。
カミカミサラダ カミカミカミカミカミカミカミカミカミカミカミカミカミカミカミカミカミカミカ						 は先生方の研究会のため、	ん給食なしです。	パンケーキ	北小5年林間学校 敷中1年代休
15 木 ホットドッグ スミカミサラダ ちりめんじゃこ ハム だいす キャベツ きゅうり とうもろこし ごまドレッシング 菜の甘味も加りり、やっ			セルフ ホットドッグ	ZII.K				パン	魚介類や牛乳が使われているスープ料理をクラムチャウダーと言います。今日は、あさりなどが入っています。ペーコングライン
クラムチャウダー ペーコン ぎゅうにゅう たまねぎ キャベツ にんじん こめあぶら じゃがいも 前小5年林間学校 カさり スキムミルク エリンギ ポワイトルウ 動中3年修学旅行	15	木				ベーコン ぎゅうにゅう	たまねぎ キャベツ にんじん	こめあぶら じゃがいも	菜の甘味も加わり、やさしい味に仕上がっています。 い味に仕上がっています。 ブンに、よく合うスープです。 南小5年林間学校

# ************************************						ベーコン	はくさいキムチ つぼづけ えだまめ	こめ むぎ きょうかまい ごまあぶら	キムタクごはんは、韓国の 漬物「キムチ」と、日本の
### サムタのこはん						ぎゅうにゅう		Cassis	演物「たくあん」を使った 料理です。キムチの「キ
19 月 むまごはん 日本のでは、	16	•	+ / りりづけ /	□	キャベツのメンチカツ	キャベツのメンチカツ		こめあぶら	で「キムタク」という料理
20 対 20 対	16	317	ナムタクとはん	MILK	にらともやしのあえもの	ツナ	にら もやし にんじん とうもろこし	さとう ごまあぶら	岡谷市の給食として考えられ、今では全国の学校給食
19 月 かぎにはん					えのきたけとさといものみそしる	にぼし あぶらあげ みそ	たまねぎ えのきたけ ねぎ	さといも	ます。たくあんの食感もよ いご飯です。
19 月 むぎこはん こうらのとくみぞきんかつ こうら DDC かそ たまはま ビーマン この他ので かたら こままから こま できない かっぱっし こまがら かっぱっし こうらい こうじょう こうじょ こうじょ			0		ぶどうゼリー			ぶどうゼリー	南小5年林間学校 敷中3年修学旅行
19 月								こめ むぎ きょうかまい	給食では、いろいろな料理
19	19					ぎゅうにゅう			の通り、ごまを絞ってとれ
20 火 そぼろパン		月	むぎごはん	ZIIK	とうふのにくみそあんかけ	とうふ とりにく みそ		こめあぶら かたくりこ ごまあぶら さとう	します。炒め油として使う ほかに今日のように和え物
20 火 そぼろパン						いわしつみわ にぼし みそ	こまつな	さとう ごまあぶら ごま	なり、野菜をよりおいしく
20					つみれじる		しいたけ	182	
20 火 そぼろパン						ぎゅうにゅう		/\documents	が朝早く学校に届けてくれ ます。給食は食材を届けて
カリーンサラダ シェース シェース カリーンサラダ シェース カース シェース カース カー		.1.	71 4 7195.	A	ハニーチキン		にんにく しょうが	はちみつ	くれるお店の方や給食セン ターで働く調理員さんな
10 10 10 10 10 10 10 10	20	火	そはろパン	MILK	グリーンサラダ	¢_0°	キャベツ_きゅうり_とうもろこし	イタリアンドレッシング	**立っています。みなさんの 学校生活を支えてくれてい
21 水 むさにはん									事のあいさつをしましょ う。
21 水 わぎごはん 一回					いなかふうスープ	ベーコン			*
21 水 むぎにはん			かぎごはん			ぎゅうにゅう		CW & 3 3 3 3 3 3 1 3 1 3 1 3 1 3 1 3 1 3 1	デンという成分を取り出し て乾燥させたものです。水
### おかさき	21	水		MIK		ぶたにく	えだまめ にんじん しょうが	じゃがいも こめあぶら さとう かたくりこ	することができます。味が
おかんセリー おかんせり おいらは寄生れる おいらは寄生れる おいらは寄生れる おいらは寄生れる おかかいたける時間 またまです。 思います おいらはできまった。 おいらはで									物の材料として使われま す。今日はみそ汁に入って
おかさき									敷小6年修学旅行
さらうにゅう さらうにゅう さらうにゅう さらうにゅう さらうにゅう さらったのからら であったのかけのカリフライ さらったゅう さらったゅう であったのかけのカリフライ さらったゅう であったのかけのカリフライ さらったゅう であったのから であったのから であったのから であったのから であったのからら であったのから であったのがら であったのから であったのから であったのから であったのがら であったのから であったのも						ぶたにく いか えび ちくわ	にんじん もやし とうもろこし	ちゅうかめん こめあぶら	長崎チャンポンは長崎県の 郷土料理です。昔、お腹を すかせていた学生さんのた
23 金						¥. = [=	きくらげ こまつな		めに、栄養が摂れて、お腹がいっぱいになるように
23 金 むぎこはん	22	木		Alle	きびなごのカリカリフライ		しょうが	さとう こめ あぶら	
23 金 おぎごはん									いておいしくて、今では全 国に広まり、食べられてい
23 金 むぎごはん					れんこんサラダ	ΛΔ	えだまめ	マヨネーズ ごま	敷小6年修学旅行
100 10						ぎゅうにゅう		C0 88 84374411	⇒くするDHAや血液の流れ をサラサラにするEPAと
ささみこんぶいりサラダ こんぶ ツナ キャベツ きゅうり れんこん おおじキドレッシング はよく解析であること できま、まずは一口が ら、おいしい倫理に課 できまっかまい できまっかまの できまっかまい できままっか できままっか できままっか できままっか できままっか できままっか できままい できまな できままい できまな できま	23	金	むぎごはん		いわしのかばやき	いわし	しょうが	こむぎこ かたくりこ さとう こめあぶら ごま	ます。魚は骨があって苦手 という声を聴きますが、油
26 月	23				きざみこんぶいりサラダ	こんぶ ツナ		あおじそドレッシング	はよく噛んで食べることが できます。まずは一口か
26 月 けんまいいり ごはん ぎゅうにゅう こめ きょうかまい こめ きょうかまい とうこま であられる とってはん きゅうにゅう こわらのさいきょうやき さわら みそ ふとやさいのにもの かつおぶしだし さつまあげ だいこん にんじん しんしょう こと こも かっていしる かつおぶしだし とりにく こぼう にんじん しめじ ねぎ さといも かたくりこ カンではっていまる かぶらあげ だいこん こんにゃく バン こめあぶら さとう おきつもえばな アンで焼きています。 まっとしたのでは、多くの人にではるが、いい このものがら さとう おきつきになる アンで焼き ストーコン だいす ヤングコーシ さやいんげん カンカン ぶたにく ベーコン だいす カンカン トゥライ ロー こまねぎ ヤングコーシ さやいんげん カンカン かたり マッシュルーム にんじん マッシュルーム にんじん マッシュルーム にんじく オリーブあぶら さとう こめあぶら さとう こめあぶら さとう こく でいたく ロー こまねぎ しんじん アッシュルーム にんじく カンディには 多くの人 まんせん マッシュルーム にんじん マッシュルーム にんじん マッシュルーム にんじく カンドにはかっためでもである まんじん マッシュルーム にんじん マッシュルーム にんじん マッシュルーム にんじん まんじん アンジュルーム にんじん まんじん アンジュルーム にんじん まんじん アンジュルーム にんじん こく					とんじる	ぶたにく とうふ みそ	ごぼう にんじん こんにゃく ねぎ だいこん	さといも こめあぶら	してみましょう。
26			げんまいいり					こめ きょうかまい	さわらは、漢字で魚へんに 春と書きます。字の通り、
27 大 ココアあげパン さりらいさいきょうやき さりらいさいきょうやき さりらいさいきょうやき さりらいさいきょうやき さりといて味なので、いというな解理に合います。		月							告げる春告魚(はるつげう
10 10 10 10 10 10 10 10	26			PALK			だいこん にんじん		さりとした味なので、いろ いろな料理に合います。今
27 火 ココアあげパン おぶらあげ だいこん こんにゃく さといる かたくりこ ブラゲ焼きました。 ブラゲ焼きました。 ブラゲ焼きました。 ブラゲ焼きました。 ブラゲ焼きました。 ボンバンシードレッシング 総食の牛乳は、毎級、長野 県から各学校に届けられます。食べ物がたうの口には、 ネックノカーン さやいんげん オリーブあぶら さとう ボンバンシードレッシング スまでには、冬々の人が スの支えがあることにも、 ボッシュルーム にんにく オリーブあぶら さとう ボルムがら、食事をしましょう。 コーグルト コーグルト こめ むぎ きょうかまい 総食では料理に合わせて、 カイドには煮汁が配り埋むが ボールを取っていまで、 ボールを取っていまで、 ボール・									のみそに漬け込んだ鰆を、 給食センターの大きなオー
27 火 ココアあげパン さりにく キャベツ きゅうり たまねぎ パンパンジードレッシング ま、食べ物が乳だらの口に えんしん マックコーン さやいんげん オリーブあぶら さとう までには、多くの人は 方の支えがあることにも					03/1108	あぶらあげ	だいこん こんにゃく		フンで焼きました。
27 火 ココアあげパン まりコンカン ぶたにく ベーコン だいず たまねぎ にんじん マッシュルーム にんにく スタまでは、多くの人であった。からの大えがあることにも思います。 まりコンカン コーグルト コーグルト コーグルト こめ むぎ きょうかまい 総食では料理に合わせて、みぞ汁には素干した。すま 上げにはかわるが必要的を使って、だしを取って、だしを取って、だしを取って、だしを取って、だしを取って、だしを取って、だしを取って、だしを取って、でした。ながして、でした。ながして、でした。ながして、でした。ながして、でした。ながして、でした。ながして、でした。ながして、でした。ながして、でした。ながして、でした。ながして、でした。ながして、でした。ながらます。 まがはようなので、カーボーは、でした。 まがはようなもので、カーボーは、でした。	27	火	ココアあげパン				キャベツ きゅうり たまねぎ		給食の牛乳は、毎朝、長野 県から各学校に届けられま
### おきごはん おきごはん おきごはん おきごとのみそしる にほしだし)とうふ みそ だいこん なめこ ねぎ かんごゼリー おおりんごゼリー おおいち さとう まれるぎ にんしん スタッシュルーム にんじん スタッシュルーム にんじん スタッシュルーム にんじん なめこ ねぎ はりなごの誤しまれる はっぱいこん なめこ ねぎ かりんごゼリー おおりんごゼリー おおりんごゼリー おおりんごゼリー おいています。北小6年修学旅行				MLK	8020079	COLC	ヤングコーン さやいんげん	ハンハンシートレッシング	入るまでには、多くの人た
お食では料理に合わせて、 みぞ汁には無干した。する い汁にはかつ剤剤や固格を使って、 のでして、 のので、 のでして、 ののにはて、 ののにはていい。 にはしばしばし、 とうふ みそ ののにはていい。 にはしばしい。 にはいばしい。 にはいばしいい。 にはいばしいい。 にはいばしいいいはいばしいいはいばしいいはいばしいはいばしいいばしいはいばしいは					チリコンカン	ぶたにく ベーコン だいず	たまねぎ にんじん	オリーブあぶら さとう	謝しながら、食事をしま
さゅうにゅう できごはん さゅうにゅう しょうが にんにく レモン でああぶら さとう できながしく取ると です。だしを取っています。だしを取っています。だしを取っています。だしを取っています。だしを取っています。だしをおいしく取ると きりほしだいこん のごまふうみ かまぼこ きりほしだいこん にんじん さとう ごまあぶら ごま 吹が生かされるので、みずしょうゆなどの調味がとなった (のみなどの)類はから でもしょうゆなどの調味が まがります。					ヨーグルト	ヨーグルト		こめ むぎ きょうかまい	給食では料理に合わせて、
水 むきごはん ぶたにくのオニオンソースがけ ぶたにく しょうか たんにく しょう こめあぶら さとう す。だしをおいしく取る ではよくなり、だしのうま 味が生かされるので、みそ かまぼこ きりぼしだいこん にんじん あおじそ さとう ごまあぶら ごま 味が生かされるので、みそ やしょうかとなめこのみそしる にぼし(だし) とうふ みそ だいこん なめこ ねぎ なりに使っているだしも書からます。献立表にはる かりに使っているだしも書かれています。	28					ぎゅうにゅう	1 . = ** (- / !		し汁にはかつお節や昆布を 使って、だしを取っていま
さりはじんにいこんがしまがつみ かまはこ あおじそ さこう こまめいら こま やしょうのなどの類似を		7k	むぎごはん		ぶたにくのオニオンソースがけ	ぶたにく	たまねぎ	こめあぶら さとう	す。だしをおいしく取ると 味がよくなり、だしのうま
の日に使っているだしも書 あおりんごゼリー りんごゼリー りんごゼリー かれています。 北小6年修学旅行		3					あおじそ	さとう ごまあぶら ごま	やしょうゆなどの調味料を 控えることができて減塩に
「COO 中海子派打						LBU(EU)	たいてん なめこ ねき	MA:ごゼリー	の日に使っているだしも書かれています。
ハン 野草は種類によって食べて					W100-9710C C 9			パン	北小6年修学旅行 野菜は種類によって食べて
いる場所が違います。キャ でゆうにゅう いる場所が違います。キャ ベツやい地域は寝る、キャ	29		ミルクパン			ぎゅうにゅう	-		が最近になって及れている場所が違います。キャイツや小松菜は葉を、大根でにんじんは根を、きゅう
20 本 ミルカパン とりにく にんにく にんにく こめあぶら ます。 ブロッコリーやかり		木			バッファローチキン	とりにく	にんにく	こめあぶら	りやトマトは実を食べてい ます。ブロッコリーやカリ
フラワーや架の形は花のフ はみを食べています。野類 フレンチドレッシングサラダ キャベツ きゅうり とうもろこし フレンチドレッシング のどの部分を食べているか	29	1			フレンチドレッドングサラダ		キャベツ きゅうり とうもろこし		フラワーや菜の花は花のつ ぼみを食べています。野菜 のどの部分を食べているか
プリーンアスパラガス に着目してみるのもいいて すね。 はたので、たまわましてもにも									に着目してみるのもいいで - すね。
ハーコン ラインア さやいんげん こめ むぎ きょうかまい カレーに使う調味料には、				-	ハドノ	ハーコン ワインデー		こめ むぎ きょうかまい	カレーに使う調味料には、
ポークカレー ぶたにく レバー たまねぎ にんじん りんご こめあぶら じゃがいも カレーバウダー・クミンな			ポークカレー ライフ				たまねぎ にんじん りんご にんにく しょうが	こめあぶら じゃがいも	カレーパウダー・クミンな ど何種類かのスパイスが含 まれています。スパイスの
サード はいます はいます はいます はいます はいます はいます はいます はいます	30			MUK		ぎゅうにゅう			中には漢方薬にも使われているものもあり、体に良い
30 金		金			ふくじんづけ	ر سار س	ふくじんづけ		給食のカレーは、70kgの豚
肉、90kgの五枯さなどの キャベツ きゅうり くさんの材料を素込んでし					かいそうとコーンのサラダ	かいそう	キャベツ きゅうり	あおじそドレッシング	肉、90kgの玉ねぎなどのた くさんの材料を煮込んでい るので、旨味や野菜の甘味
プレット はいして かいしく なり 「みんな大好きな給金					747=#11				がいっぱい出て、おいしく なり「みんな大好きな給食
アセロラゼリー アセロラゼリー カカレー」ですね♡					アビロフセリー		※ 辞古の中の日神神のはファ	·	北小6年修学旅行