4月　給　食　だ　よ　り

令和6年度　　岐阜県立岐阜工業高等学校

月	火	水	木	金
	9　入学式・始業式	10	11	12
	オムライス ツナとｷｬﾍﾞﾂのあえ物 春野菜スープ 888	赤飯 和風ハンバーグ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰと ﾍﾞｰｺﾝのｻﾗﾀﾞ 豚汁 お祝いゼリー　847	ご飯 豚キムチ炒め かにかまぼこの ごま酢あえ 春雨スープ 808	ご飯 鶏肉のカレー煮 キャベツの塩昆布あえ もやしとにらの味噌汁 836
15	16	17	18	19
ちらしずし 厚揚げと たけのこの煮物 花麩のすまし汁 三色だんご　861	味噌ラーメン 揚げ餃子 棒棒鶏 754	ご飯 いわしの生姜煮 もやしの甘酢あえ 豆腐のすまし汁 755	ご飯 鶏肉の照り焼き 小松菜の煮びたし 根菜ごま汁 802	ピザトースト マカロニサラダ ポトフ 877
22	23	24	25	26
豚丼 きゅうりの磯あえ 大根の味噌汁 735	ご飯 鶏肉の唐揚げ 糸寒天のかつおあえ キムチ汁 858	ご飯 鯖のごまねぎ焼き 肉じゃが なめこの味噌汁 777	チキンカレー 福神漬け 春色サラダ 907	ご飯 揚げ出し豆腐の おろしがけ きんぴらごぼう じゃがいもの味噌汁 748
29	30	・給食予定日数：15日　・給食時間16：55～17：35 ・牛乳は毎日つきます。　・ご飯の中には、強化米と麦が入っています。 ・毎日の右下の数字はエネルギー表示（kcal）です。 ・給食には岐阜県産農産物を積極的に使用しています。 ・給食に使用している岐阜県農産物には、「学校給食地産地消事業」により、県・JAグループから一部助成を受けています。		
	厚切り食パン いちごジャム 大豆とｷｬﾍﾞﾂのｻﾗﾀﾞ ポークシチュー 811			

◇◆◇給食室から◇◆◇

ご入学、ご進級おめでとうございます。定時制では、授業の前に給食があります。先生方や友達と、楽しくしっかりと給食を食べることで、集中して授業に取り組みましょう。

【給食時間のマナー】

- 給食時間を守る。16：55～17：35
- おかわりは17：15～です。**（残りがあるときのみ）**
- 食堂に入ったら、必ず手を洗う。
- ご飯、汁物、おかずは食べられる分量にする。
- アレルギーのある生徒は食材を確認して食べる。
- おかずの食材がわからない時は聞いてください。（献立表参照）
- 「いただきます」「ごちそうさまでした」の挨拶をしっかりする。
- 食べ残したものは、残飯入れにいれる。
- 牛乳パックは中身を空にして、折りたたんでごみ箱に捨てる。
- 食器はていねいに扱い、静かに返却用の流しに入れる。
- いすは机の下に片付け、机の上や床にごみを残さない。

今月の一口メモ・・・食事量の目安にしましょう

給食1食における食事摂取基準（夜間高校生）

エネルギー	860kcal
たんぱく質	摂取エネルギーの13～20%
脂質	摂取エネルギーの20～30%
食塩	2.5g未満
カルシウム	360mg
鉄	4mg
ビタミンA	310μgRE
ビタミンB1	0．5mg
ビタミンB2	0．6mg
ビタミンC	35mg
食物繊維	7.5g以上
マグネシウム	130mg
亜鉛	3mg

[アレルギー対象食品使用献立一覧表]

2024年 4月 1日 ～ 2024年 4月30日
1:夕食

県立岐阜工業高等学校

日付		献立名	小麦	そば	卵	乳	落花生	あわび	いか	いくら	えび	オレンジ	かに	キウイフルーツ	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	アーモンド	ごま	カシューナッツ
4/9	火	オムライス	○		○														○	○										○
		ツナとキャベツのあえ物	○		○	○													○	○	○				○				○	
		春野菜スープ	○			○									○				○	○	○									
		牛乳				○																								
4/10	水	赤飯																											○	○
		和風ハンバーグ																	○	○	○									
		ﾌﾞﾛｯｺﾘｰとﾍﾞｰｺﾝのｻﾗﾀﾞ			○														○		○									
		豚汁																	○		○									
		お祝いゼリー																	○											
		牛乳				○																								
4/11	木	ご飯																												○
		豚キムチ炒め							○		○		○					○	○		○				○				○	
		かにかまぼこのごま酢あえ			○								○						○											
		春雨スープ																	○		○									
		牛乳				○																								
4/12	金	ご飯																												○
		鶏肉のカレー煮	○			○	○								○				○	○	○				○					
		キャベツの塩昆布あえ	○																○											
		もやしとにらの味噌汁	○			○									○				○	○									○	
		牛乳				○																								
4/15	月	ちらしずし	○		○														○	○										○
		厚揚げとたけのこの煮物																	○	○										
		花麩のすまし汁	○															○	○											
		三色だんご	○																○											
		牛乳				○																								
4/16	火	味噌ラーメン	○	△	△														○	○	○				○	○			○	
		揚げ餃子	○																○		○								○	
		棒棒鶏	○																○	○	○					○				
		牛乳				○																								
4/17	水	ご飯																												○
		いわしの生姜煮	○																○											
		もやしの甘酢あえ																	○											
		豆腐のすまし汁																○	○											
		牛乳				○																								
4/18	木	ご飯																												○
		鶏肉の照り焼き																	○	○										
		小松菜の煮びたし																	○											
		根菜ごま汁																	○											
		牛乳				○																								
4/19	金	ピザトースト	○			○													○		○									
		マカロニサラダ	○		○																○									
		ポトフ	○			○									○				○	○	○									
		牛乳				○																								
4/22	月	豚丼																	○		○									○
		きゅうりの磯あえ	○								△		△						○											
		大根の味噌汁																	○											
		牛乳				○																								
4/23	火	ご飯																												○
		鶏肉の唐揚げ																	○	○									○	
		糸寒天のかつおあえ																	○											
		キムチ汁							○										○		○				○				○	
		牛乳				○																								
4/24	水	ご飯																												○
		鯖のごまねぎ焼き																○												
		肉じゃが																	○		○									
		なめこの味噌汁																	○											
		牛乳				○																								
4/25	木	チキンカレー	○			○	○								○				○	○	○				○		○			○
		福神漬け	○																○											
		春色サラダ	○		○	○													○	○	○				○				○	
		牛乳				○																								
4/26	金	ご飯																												○
		揚げ出し豆腐のおろしがけ	○																○							○				
		きんぴらごぼう																	○	○									○	
		じゃがいもの味噌汁																	○											
		牛乳				○																								
4/30	火	厚切り食パン	○			○													○											
		いちごｼﾞｬﾑ&ﾏｰｶﾞﾘﾝ				○													○											
		大豆とキャベツのサラダ	○		○	○													○	○	○				○				○	
		ポークシチュー	○			○	○								○				○	○	○									
		牛乳				○																								

○：アレルギー対象食品　　△：コンタミネーション（微量混入）