

4月給食たより

| 日 | 曜日 | 行事 | 献立名 |
|----|----|---------------------|--|
| 8 | 水 | 始業式・着任式・入学式 | チキンカレーライス 焼きウインナー キャベツのサラダ デザート 牛乳 |
| 9 | 木 | 対面式・給食指導 | ごはん ハンバーグ 粉ふき芋 ブロッコリーのサラダ 春キャベツとベーコンのスープ お祝いデザート 牛乳 |
| 10 | 金 | 教育相談 | 豚丼 和風サラダ 根菜の味噌汁 いちごヨーグルト 牛乳 |
| 13 | 月 | | ごはん ^{はっほうさい} 八宝菜 大学芋 ワンタンスープ デコポン 牛乳 |
| 14 | 火 | | ごはん ^{さわら さいきょう} 鯖の西京焼き 昆布和え 新じゃがの含め煮 ^ふ 麩のすまし汁 ^{みしょうかん} 美生柑 牛乳 |
| 15 | 水 | 三修制試験(1年)尿検査 | ごはん 豚キムチ炒め 切干大根と小松菜のごま和え コーン玉スープ カスタードプリン 牛乳 |
| 16 | 木 | | 親子丼 いかフリッター ゆかり和え じゃがいもの味噌汁 セミノール 牛乳 |
| 17 | 金 | | 米粉パン ジャム ^{さけ} 鮭のマヨネーズ焼き ^{かいそう} 海藻ごまサラダ クラムチャウダー パイナップル 牛乳 |
| 20 | 月 | | 【春の香り献立】 ^{たけのこ} 筍ごはん 鶏肉の照り焼き おかか和え かきたま汁 オレンジ 牛乳 |
| 21 | 火 | | ナッツそぼろごはん ししゃものカレー揚げ マンナンサラダ もずくの味噌汁 りんご 牛乳 |
| 22 | 水 | 三修制授業開始(2,3年)尿検査2回目 | ごはん ^{いわし かばや} 鰯の蒲焼き かおり和え 大根のそぼろ煮 ^{みしょうかん} なめこの味噌汁 美生柑 牛乳 |
| 23 | 木 | 三修制授業開始(1年) | ごはん 厚揚げの肉味噌がけ ひじきのごまマヨ和え ^{たけのこ} 筍の土佐煮 ほうれん草のすまし汁 セミノール 牛乳 |
| 24 | 金 | | スパゲティツナマトソース アンサンブルエッグ グリーンサラダ フルーツのヨーグルト和え 牛乳 |
| 27 | 月 | | ごはん いかのみそがらめ 小松菜のごま和え 切干大根のカレー煮 かぶのすまし汁 ヨーグルト 牛乳 |
| 28 | 火 | | ごはん 鶏肉のバターしょうゆ炒め マカロニサラダ あおさの味噌汁 パイナップル 牛乳 |
| 30 | 木 | 命を守る訓練 | ごはん ^{さけ} 鯖のマスタード焼き ゆかり和え ^{れんこん} 蓮根のきんぴら じゃが芋の味噌汁 ^{いちご} 毎ゼリー 牛乳 |

大垣工業高等学校 定時制 給食予定日数:16日



【岐阜県定時制高校給食目標】 **給食のルールを守りましょう**

ご入学、ご進級おめでとうございます。定時制では、授業が始まる前に給食があります。皆さんの健康を考えて作っています。先生方や友達と楽しい給食の時間をすごしながら、健康で充実した学校生活を送りましょう。

- ・ 献立は都合により変更することがあります。
- ・ 学校給食に使用される県産農産物には、JAグループ、市町村、及び県による助成が行われています。「学校給食地産地消推進事業」は学校給食において県産農産物を積極的に活用することを通じて、少年期からの食農教育を推進することを目的としています。
- ・ お米は、岐阜県産「はつしも」「こしひかり」を使用しています。
- ・ 給食には毎回、牛乳がつかます。

☆ 給食時間のマナー ☆

- ・ 給食時間を守る。(16:55~17:35)
- ・ 食堂に入ったら、必ず手を洗う。
- ・ ご飯は自分で食べられる分量を盛る。
- ・ おかず、汁物、牛乳、デザート類は1人分ずつ取る。
- ・ 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ときは聞いてください)
- ・ 「いただきます」、「ごちそうさま」の挨拶をしっかりする。
- ・ 食べ残したものは残飯入れに入れる。
- ・ 牛乳パックは中身を空にして、折りたたんでゴミ箱に捨てる。
- ・ 食器は丁寧に扱い、水で流してから静かに返却用の流しに入れる。
- ・ 椅子は机の下に片付け、机の上や床にゴミを残さない。



食物アレルギーはありませんか？

食物アレルギーは食べ物に含まれるたんぱく質などによって、皮膚のかゆみやじんましん、口の中の違和感、せき、腹痛や下痢、吐き気など、さまざまな症状が引き起こされ、時に呼吸困難や意識障害などのアナフィラキシーショックを起こし、命にかかわることもあります。気になる症状がありましたら、担任の先生や養護教諭の先生に相談してみましょう。

[献立表]

2020年 4月

県立大垣工業高等定時制

| 日 | 主食 | 牛乳 | おかず | 赤の仲間 血や肉になる | 黄の仲間 熱や力の元になる | 緑の仲間 体の調子を整える | 材料-たんぱく質 脂質 食塩相当量 |
|---------|----------------|----|--|--|---|---|---------------------------------------|
| 8 水 | チキンカレー | ○ | 焼ウインナー キャベツのサラダ デザート | 鶏モモ肉, 鶏胸肉, 牛乳, あらびきウインナー | 米, 麦, なたね油, じゃがいも, デザート | 玉葱, にんじん, 福神漬, だいこん, キャベツ, とうもろこし, きゅうり, | 873 kcal 31.6 g 22.9 g 4.2 g |
| 9 木 | 麦ごはん | ○ | ハンバーグ 粉ふきいも クレープ ブロッコリーのサラダ 春キャベツとベーコンのスープ | 牛乳, ハンバーグ, ベーコン | 米, 麦, なたね油, 中ぎら糖, かたくり粉, じゃがいも, 有塩バター, クレープ | 玉葱, マッシュルーム水煮, にんじん, ブロッコリー, とうもろこし, グリーンポール | 900 kcal 29.6 g 29.1 g 3.3 g |
| 10 金 | 豚丼 | ○ | 和風サラダ 味噌汁(根菜) コアコアいちごヨーグルト | 豚モモ(脂身付き), 牛乳, カットわかめ, 豆腐, 油揚げ, あおさ, 煮干し, コアコアいちごヨーグルト | 米, 麦, なたね油, しらたき, 三温糖, さといも, 板こんにやく | 玉葱, きゅうり, だいこん, にんじん, 糸みつば, ごぼう, ねぎ | 831 kcal 35.0 g 19.1 g 2.9 g |
| 13 月 | 麦ごはん | ○ | 八宝菜 大学いも ワンタンスープ デコボン | 牛乳, 豚モモ肉, いか, むきえび, うずら卵水煮, 豚もも | 米, 麦, なたね油, かたくり粉, さつまいも, 三温糖, 黒ごま, ワンタン | にんじん, はくさい, 玉葱, たけのこ水煮, チンゲンツァイ, きくらげ(乾), ねぎ, 干し椎茸, もやし, デコボン | 844 kcal 33.9 g 18.3 g 2.9 g |
| 14 火 | 麦ごはん | ○ | 西京焼き 昆布和え 新じゃがの含め煮 すまし汁(麩) 美生柑 | 牛乳, さわら, 塩昆布, 豆腐, カットわかめ | 米, 麦, じゃがいも, 板こんにやく, 三温糖, 焼き麩 | キャベツ, にんじん, きゅうり, さやいんげん, えのきたけ, ねぎ, 美生柑 | 758 kcal 33.3 g 16.9 g 2.4 g |
| 15 水 | 麦ごはん | ○ | 豚キムチ炒め 切干大根と小松菜のごま和え コーン玉スープ カスタードプリン | 牛乳, 豚モモ肉, たまご | 米, 麦, なたね油, 三温糖, ごま, かたくり粉, カスタードプリン | キムチ漬, はくさい, 玉葱, ねぎ, ちら, 切干大根, こまつな, クリームコーン缶, とうもろこし, 糸みつば | 798 kcal 34.9 g 19.1 g 3.5 g |
| 16 木 | 親子丼* | ○ | いかフリッター ゆかり和え 味噌汁(じゃが芋わかめ) セミノール | 鶏胸肉, たまご, 牛乳, いかフリッター, カットわかめ, 煮干し | 米, 麦, 三温糖, なたね油, じゃがいも | 玉葱, にんじん, さやいんげん, キャベツ, だいこん, きゅうり, ぶなしめじ, ねぎ, セミノール | 875 kcal 41.0 g 24.7 g 3.2 g |
| 17 金 | 米粉パン いちごジャム | ○ | マヨネーズ焼き 海藻ごまサラダ クラムチャウダー パイナップル | 牛乳, さけ, 海藻ミックス, あさり(缶詰, 水煮), ベーコン | 米粉パン, マヨネーズ調味料, サラダこんにやく, じゃがいも, 有塩バター, 薄力粉, いちごジャム | 玉葱, だいこん, きゅうり, にんじん, パセリ, パイナップル | 816 kcal 40.8 g 26.2 g 3.7 g |
| 20 月 | たけのこご飯 | ○ | 照り焼き(鶏) おかか和え かきたま汁 清見オレンジ | 鶏胸肉, 油揚げ, 牛乳, 鶏モモ肉, かつお削り節, 豆腐, たまご, かつお節 | 米, 麦, 三温糖 | たけのこ, にんじん, ほうれんそう, グリーンポール, にんじん, えのきたけ, ねぎ, こまつな, オレンジ | 826 kcal 41.0 g 25.3 g 2.6 g |
| 21 火 | ナッツそぼろごはん | ○ | ししゃものカレー揚げ マンナンサラダ もずく味噌汁 りんご | 鶏ひき肉, 牛乳, からふとししゃも(生干し), 豆腐, 油揚げ, 沖縄もずく, 煮干し | 米, 麦, なたね油, ピーナッツ, 三温糖, 薄力粉, しらたき, じゃがいも | 枝豆むきみ, きゅうり, にんじん, ねぎ, りんご | 835 kcal 35.8 g 26.5 g 3.4 g |
| 22 水 | 麦ごはん | ○ | 蒲焼き かおり和え 大根のそぼろ煮 味噌汁(なめこ) 美生柑 | 牛乳, いわし開き, 鶏ひき肉, 豆腐, 油揚げ, 煮干し | 米, 麦, かたくり粉, なたね油, 三温糖, こんにやく | キャベツ, たくあん漬, にんじん, だいこん, さやいんげん, なめこ, ねぎ, 美生柑 | 876 kcal 38.8 g 28.5 g 3.4 g |
| 23 木 | 麦ごはん | ○ | 厚揚げの肉味噌がけ ひじきのごまマヨ和え たけのこの土佐煮 すまし汁(ほうれん草) セミノール | 牛乳, 生揚げ, 鶏ひき肉, ひじき, 油揚げ, 蒸し鶏ほぐし身, かつお削り節, 豆腐, かつお節 | 米, 麦, なたね油, 三温糖, ごま, マヨネーズ調味料 | キャベツ, きゅうり, たけのこ水煮, えのきたけ, ほうれんそう, セミノール | 811 kcal 37.3 g 27.3 g 2.2 g |
| 24 金 | スパゲティ・ツナトマトソース | ○ | アンサンブルエッグ グリーンサラダ ヨーグルト和え | まぐろ油漬, 牛乳, アンサンブルエッグ, ヨーグルト | スパゲティ, オリーブ油, なたね油, 三温糖 | 玉葱, にんじん, トマト缶, きゅうり, キャベツ, だいこん, もも缶, みかん缶, パイナップル缶 | 870 kcal 32.6 g 27.5 g 3.1 g |
| 27 月 | 麦ごはん | ○ | いかのみそがらめ ごま和え ヨーグルト 切干大根のカレー煮 すまし汁(かぶ, 新玉ねぎ) | 牛乳, いか, さつまいも揚げ, かつお節, カットわかめ, ヨーグルト | 米, 麦, かたくり粉, なたね油, 三温糖, ごま, じゃがいも | こまつな, キャベツ, 切干大根, 青ピーマン, かぶ, 玉葱 | 822 kcal 32.8 g 19.8 g 3.0 g |
| 28 火 | 麦ごはん | ○ | 鶏肉のガリパタ醤油炒め マカロニサラダ 味噌汁(あおさ) パイナップル | 牛乳, 鶏モモ肉, たまご, ロースハム, 豆腐, 油揚げ, あおさ, 煮干し | 米, 麦, 有塩バター, 三温糖, マカロニ, マヨネーズ調味料 | 玉葱, キャベツ, にんじん, ぶなしめじ, さやいんげん, きゅうり, パイナップル | 819 kcal 38.8 g 24.0 g 2.8 g |
| 30 木 | 麦ごはん | ○ | マスタード焼き ゆかり和え 苺ゼリー れんこんのきんぴら 味噌汁(じゃが芋油揚げ) | 牛乳, さば, 油揚げ, カットわかめ, 煮干し | 米, 麦, ごま, ごま油, 三温糖, じゃがいも, 苺ゼリー | キャベツ, だいこん, きゅうり, れんこん, ねぎ | 780 kcal 33.8 g 21.4 g 3.0 g |

