

令和6年



4月給食こんだてよていひょう

高山市学校給食一之宮センター

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
<p>給食はしまりまーす!</p>	<p>10</p> <p>さんしょくあえ いかフリッター</p> <p>牛乳</p> <p>だいごんぼ ごはん</p> <p>ぶたじる</p> <p>エネルギー(kcal) 小 627 中 790 塩分(g) 小 1.3 中 1.7</p>	<p>11</p> <p>もやしのごますあえ いもち</p> <p>牛乳</p> <p>中学校:ヨーグルト</p> <p>こもく うどん</p> <p>エネルギー(kcal) 小 581 中 814 塩分(g) 小 2.0 中 2.7</p>	<p>12</p> <p>ゆかりあえ あぶりやきチキン</p> <p>牛乳</p> <p>おいおいデザート</p> <p>せきはん</p> <p>ふのすまし じる</p> <p>行事食：入学のお祝い</p> <p>エネルギー(kcal) 小 647 中 807 塩分(g) 小 2.7 中 3.4</p>	
<p>15</p> <p>かいそうサラダ ござかなとアーモンド のいっぴに</p> <p>牛乳</p> <p>グミ</p> <p>ハヤシライス</p> <p>エネルギー(kcal) 小 690 中 880 塩分(g) 小 2.0 中 2.6</p>	<p>16</p> <p>ゴルスローサラダ とりにくの パーペキューソース</p> <p>牛乳</p> <p>こめごはん</p> <p>パンクキ スープ</p> <p>季節の味：キャベツ</p> <p>エネルギー(kcal) 小 665 中 827 塩分(g) 小 2.2 中 2.8</p>	<p>17</p> <p>きんぴらごぼう ししゃものカレーあげ</p> <p>牛乳</p> <p>むぎごはん</p> <p>のっぺい じる</p> <p>エネルギー(kcal) 小 621 中 825 塩分(g) 小 1.3 中 1.8</p>	<p>18</p> <p>フレンチサラダ きなごタフィ</p> <p>牛乳</p> <p>オレンジ</p> <p>ソフトめんの ミートソース</p> <p>エネルギー(kcal) 小 701 中 918 塩分(g) 小 1.9 中 2.4</p>	<p>19</p> <p>きりほしのおひたし だいたずバーグのこうみ ソース</p> <p>牛乳</p> <p>むぎごはん</p> <p>じゃがいもの みそじる</p> <p>小学校なし</p> <p>エネルギー(kcal) 小 650 中 825 塩分(g) 小 1.4 中 1.7</p>
<p>22</p> <p>せんぎりポテトあえ さばのオランダに</p> <p>牛乳</p> <p>むぎごはん</p> <p>あつあけの みそじる</p> <p>エネルギー(kcal) 小 682 中 869 塩分(g) 小 1.4 中 1.8</p>	<p>23</p> <p>ブロッコリーサラダ グラタン</p> <p>牛乳</p> <p>オレンジ</p> <p>くろパン</p> <p>ミネスト ローネ</p> <p>エネルギー(kcal) 小 638 中 808 塩分(g) 小 2.1 中 2.7</p>	<p>24</p> <p>やさいのごまドレ さわらのてりやき</p> <p>牛乳</p> <p>むぎごはん</p> <p>かきかたま じる</p> <p>エネルギー(kcal) 小 602 中 767 塩分(g) 小 1.7 中 2.1</p>	<p>25</p> <p>ひじきのカレーいため おちゃむしパン</p> <p>牛乳</p> <p>ヨーグルト</p> <p>わかめ うどん</p> <p>エネルギー(kcal) 小 667 中 843 塩分(g) 小 2.2 中 2.7</p>	<p>26</p> <p>きりほしのおひたし だいたずバーグのこうみ ソース</p> <p>牛乳</p> <p>むぎごはん</p> <p>じゃがいもの みそじる</p> <p>中学校なし</p> <p>エネルギー(kcal) 小 650 中 825 塩分(g) 小 1.4 中 1.7</p>

29

祝
入学
昭和の日

30

いそかあえ
ぶたにくのかりんあげ
ござかな

むぎごはん

さんざいの
みそじる

季節の味：山菜

エネルギー(kcal) 小 654 中 839
塩分(g) 小 1.8 中 1.8

◆◆◆保護者のみなさまへ◆◆◆

近年の物価上昇に伴い、令和6年度より給食費の価格を改定しました。今後とも、安全安心で魅力ある学校給食の提供に努めてまいりますので、ご理解頂きますようお願いいたします。

給食費に対する市の助成(年間約1億5千万円)

- ◆ 食材費の1/3を助成(小学校303円のうち101円、中学校366円のうち122円)
- ◆ 給食の質の向上のための助成・・・令和5年度から
- ◆ そのほか、地産地消や食物アレルギー対応、警報発令時等の給食停止時の助成など

給食費振替のご案内

1食あたり小学校202円、中学校244円を保護者の方に負担していただきます。

月額 小学校 3,400円 中学校 4,100円
(4月～2月の月末ごろ、金融機関から口座振替になります)(※2月は金額が異なります)

詳しくは、4月末に届くハガキをご確認ください。

お問い合わせ：高山市学校給食センター TEL0577-32-6218
E-Mail kyuushokucenter@city.takayama.lg.jp

※高山市では、給食の食材にかかる費用の1/3を市が助成しています。

※学校給食は「学校給食地産地消推進事業」により、県・市町村・JAグループの一部助成を受けています。

※牛乳は毎日つきます。農林水産省の一部助成を受けています。

※食材の購入等により献立が変更になることがあります。

※学校給食の栄養量の基準
エネルギー：小学校650kcal 中学校830kcal

おうちでつくってみよう ～給食メニューから～

◆豚肉のかりんあげ◆

＜材料(4人分)＞

- ・ぶたもも肉・・・180g
- ・おろししょうが・・・8g
- ・酒・・・小さじ2
- ・米粉・大さじ4(かたくり粉でも可)
- ・あげ油・・・適量
- ・砂糖・・・大さじ2
- ・しょうゆ・・・小さじ2
- ・いりごま・・・大さじ1
- ・水・・・小さじ1

く作り方(4人分)く

- ①豚肉は1cm幅の短冊きりする。
- ②おろししょうがと酒で下味をつける。
- ③米粉をまぶし、油であげる。
- ④を合わせ、ひと煮立させておく。
- ⑤④に油であげた豚肉を入れ、たれとからませる。