

令和7年 5月のきゅうしょくこんだて

Aブロック



高山市学校給食センター

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
※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 塩 分：小学校2.0g 中学校2.5g → 業者配送			1 ちやしの炒め物 鶏肉の香味焼き むぎごはん けんちん汁 エネルギー(kcal) 小 560 中 730 塩 分 (g) 小 1.9 中 2.5	2 小松菜サラダ フルーツのゼリーあえ ソフト麺 カレーソース エネルギー(kcal) 小 689 中 898 塩 分 (g) 小 1.5 中 2.0
5 こどもの日	6 振替休日	7 切干大根の中華あえ 白身魚の薬味だれ むぎごはん フンタンスープ エネルギー(kcal) 小 601 中 766 塩 分 (g) 小 1.8 中 2.3	8 シュウマイ(小2・中3) わかめスープ ピビンバ エネルギー(kcal) 小 625 中 818 塩 分 (g) 小 2.7 中 3.4	9 五目野菜ソテー 鶏肉のみそ焼き むぎごはん のっぺい汁 エネルギー(kcal) 小 619 中 778 塩 分 (g) 小 2.2 中 2.7
12 日向夏ゼリー れんこん きんぴら チキンカツ 五目うどん 季節の味 日向夏 エネルギー(kcal) 小 630 中 809 塩 分 (g) 小 2.1 中 2.7	13 グリーンサラダ ハンバーグ クリームゴールド お茶パン コンソメスープ 季節の味 お茶 エネルギー(kcal) 小 644 中 797 塩 分 (g) 小 3.0 中 3.9	14 うま煮 ホキと高野豆腐の揚げ煮 むぎごはん 鶏団子汁 エネルギー(kcal) 小 594 中 773 塩 分 (g) 小 2.0 中 2.6	15 野菜のごまドレ 豚肉のトマトだれ むぎごはん 白みそ汁 エネルギー(kcal) 小 676 中 855 塩 分 (g) 小 2.2 中 2.6	16 フロッコリーのわかあえ 焼きししゃも(小2・中3) むぎごはん 肉じゃが 季節の味 新じゃが エネルギー(kcal) 小 671 中 877 塩 分 (g) 小 2.2 中 2.8
19 健康ひじきサラダ オムレツ ソフト麺 ビリ辛みそソース 季節の味 日向夏 エネルギー(kcal) 小 672 中 865 塩 分 (g) 小 2.5 中 3.1	20 アスパラソテー 鶏肉のカレー焼き 黒パン ミネストローネ 季節の味 アスパラ エネルギー(kcal) 小 669 中 828 塩 分 (g) 小 2.4 中 3.1	21 ハンバーグ 揚げきょうざ(小2・中3) むぎごはん マーボー豆腐 エネルギー(kcal) 小 684 中 895 塩 分 (g) 小 2.4 中 2.9	22 さわやかサラダ お茶タフィー ハヤシライス 岐阜の味 いび茶 エネルギー(kcal) 小 648 中 834 塩 分 (g) 小 1.6 中 2.0	23 切干大根煮 鶏肉のレモン煮(小1・中2) むぎごはん ふのすまし汁 エネルギー(kcal) 小 614 中 794 塩 分 (g) 小 1.9 中 2.3
26 キャベツソテー ねぎ焼きのソースかけ カレーうどん 季節の味 キャベツ エネルギー(kcal) 小 575 中 732 塩 分 (g) 小 1.9 中 2.3	27 コールスローサラダ 白身魚フライ コッペパン パンプキンスープ エネルギー(kcal) 小 675 中 866 塩 分 (g) 小 2.4 中 3.0	28 ひじきの炒め煮 鶏肉のスパイス焼き むぎごはん じゃがいものみそ汁 エネルギー(kcal) 小 606 中 762 塩 分 (g) 小 2.2 中 2.7	29 五目きんぴら さばのこまだれかけ むぎごはん 豚汁 エネルギー(kcal) 小 652 中 827 塩 分 (g) 小 1.9 中 2.3	30 海藻サラダ いが天のチリソース むぎごはん ビーフスープ エネルギー(kcal) 小 575 中 728 塩 分 (g) 小 1.9 中 2.4



5月 旬の食材

じゃがいも アスパラガス キャベツ
 たまねぎ たけのこ 山菜 お茶 など

給食にも登場します。

夏も近づくと八十八夜 新茶の季節

八十八夜は、立春(今年は2月3日)から数えて、88日目(5月1日)のことで、この日に摘んだお茶を飲むと病気になるといわれています。岐阜県内では、主に美濃地方でお茶が栽培されており、西美濃地域の「美濃いび茶」、美濃地方中央地域を中心とする「美濃白川茶」が2大銘柄として販売されています。13日には、岐阜県産のお茶を使ったお茶パンを出します。

