

令和7年

10月 こんだてひょう

高山市学校給食久々野センター

月	火	水	木	金
～まるごと飛驒の日～ 地産地消をさらに推進するため、学校給食で「まるごと飛驒の日」を設定しています。高山市が食材の一部助成をすることで、地元食材をふんだんに取り入れた献立を提供します。年4回予定し、第3回目は、10月8日(水)です。お楽しみに！				
		1 ナムル かんこくふう やきにく 牛乳 むぎごはん とろふのチゲ	2 小6なし・中3なし かじゅうグミ プレーン オムレツ 牛乳 ソフトめん けしからソース キャベツとコーンのサラダ	3 小6なし・中3なし きりぼしだいこんのにももの とりにくの こうみあげ 牛乳 さつまいもごはん きのこじる
6 お月見献立 おつきみ だいふく 牛乳 こんにやく きんぴら てりやきハンバーグ むぎごはん さつまじる	7 小3なし ポパイサラダ 牛乳 ブルーベリージャム さけのマヨネーズやき こめこ入りコッペパン ABCスープ	8 まるごと飛驒の日 ぎふりんごゼリー いんげんのごまあえ 牛乳 ぶたにくとトマトのチーズやき むぎごはん びじもちじる	9 キャベツのおかかあえ 牛乳 いかメンチ カレーうどん	10 だいずサラダ 牛乳 さばのオランダじ むぎごはん こまつなのみそじる
13 スポーツの日	14 グリーンサラダ 牛乳 とりにくのバーベキューソース くろパン ふわふわスープ	15 いそかあえ 牛乳 とうにゅうプリンタルト あじのうめみそやき むぎごはん (センターすいはん) なめこじる	16 こくさん 牛乳 ぶたにくのコロッケー ソフトめん ツオときのこのトマトソース	17 もやしのいちみあえ 牛乳 にくだんごのすぶたふう むぎごはん ワンタンスープ
20 きりぼしだいこんのおひたし 牛乳 とりにくのおろしやき むぎごはん (センターすいはん) じゃがいものみそじる	21 ほうれんそうのごまドレッシング 牛乳 メンチカツ コッペパン ポトフ	22 小2なし・試食会(小1・5) だいずとごさかなのあげに 牛乳 チキンカレー 牛乳 むぎごはん (センターすいはん) ツナサラダ	23 3しよくおひたし 牛乳 すくなかぼちゃ むしパン ごもくうどん	24 小5なし こまつなサラダ 牛乳 あじのなんばんづけ むぎごはん しろみそじる
27 小3・小4なし ひじきのにもものやきとうふのにくみそかけ(小1, 中2) 牛乳 むぎごはん かきたまじる	28 カラフルサラダ 牛乳 とりにくとポテトのケチャップあえ バターパン コンソメスープ	29 小3・小4なし ちゅうかおひたし 牛乳 はるまき(小1, 中2) 牛乳 むぎごはん マーボーナす	30 はるさめサラダ 牛乳 しょうろんポー(小2, 中3) りんご しおラーメン	31 れんこんチップス 牛乳 ヨーグルト ナン キーマカレー かいそうサラダ



すききらいなく
何でも食べよう

今月の久々野産食材



ほうれんそう りんご なし ぶなしめじ

毎月19日は食育の日です。
おうちでも「食べる」ことを話題にしてみましょう。



かみかみメニュー



久々野産の食材を使用しています。

※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

