

令和8年

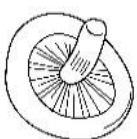


5月給食こんだてよていひょう

高山市学校給食久々野センター

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
<p>※高山市では、学校給食費を無償化しています。 ※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</p>		<p>正しい食事の仕方を 身につけよう</p>		<p>1 きりほしだいごんの ごまよこし かつおフライ </p> <p>かしわもち </p> <p>たけのこごはん </p> <p>こんぶじる </p> <p>行事食 端午の節句</p>
		<p>エネルギー(kcal) 小 0 中 0 塩分 (g) 小 0.0 中 0.0</p>	<p>エネルギー(kcal) 小 0 中 0 塩分 (g) 小 0.0 中 0.0</p>	<p>エネルギー(kcal) 小 665 中 827 塩分 (g) 小 2.4 中 3.1</p>
<p>4 </p> <p>みどりの日</p>	<p>5 </p> <p>こどもの日</p>	<p>6 </p> <p>振替休日</p>	<p>7 </p> <p>ブロッコリーソテー </p> <p>ソフトめん カレーソース </p> <p>フルーツゼリーあえ </p>	<p>8 </p> <p>むしシュウマイ (小2こ・中3こ) </p> <p>ツナチャーハン </p> <p>ちゅうかスープ </p>
<p>エネルギー(kcal) 小 0 中 0 塩分 (g) 小 0.0 中 0.0</p>	<p>エネルギー(kcal) 小 0 中 0 塩分 (g) 小 0.0 中 0.0</p>	<p>エネルギー(kcal) 小 0 中 0 塩分 (g) 小 0.0 中 0.0</p>	<p>エネルギー(kcal) 小 567 中 715 塩分 (g) 小 2.2 中 2.7</p>	<p>エネルギー(kcal) 小 538 中 696 塩分 (g) 小 2.0 中 2.7</p>
<p>11 </p> <p>いそかあえ とりにくのレモンに </p> <p>むぎごはん </p> <p>さつまじる </p>	<p>12 </p> <p>はなやさい サラダ </p> <p>きなこあげパン </p> <p>ミネストローネ </p>	<p>13 </p> <p>ひじきのにももの さばのねぎみそやき </p> <p>むぎごはん </p> <p>かきたまじる </p>	<p>14 </p> <p>こんにゃくのごしきあえ おちやむしパン </p> <p>さんさい うどん </p> <p>季節の味 山菜・お茶</p>	<p>15 </p> <p>ほうれんそうの からしあえ きんときまめのあまに </p> <p>むぎごはん </p> <p>ぶたどんのぐ </p>
<p>エネルギー(kcal) 小 574 中 734 塩分 (g) 小 1.9 中 2.3</p>	<p>エネルギー(kcal) 小 554 中 692 塩分 (g) 小 2.4 中 3.2</p>	<p>エネルギー(kcal) 小 618 中 783 塩分 (g) 小 2.0 中 2.5</p>	<p>エネルギー(kcal) 小 597 中 751 塩分 (g) 小 2.3 中 2.8</p>	<p>エネルギー(kcal) 小 583 中 752 塩分 (g) 小 1.6 中 2.1</p>
<p>18 </p> <p>かわりひたし ぶたにくとキャベツの みそいため </p> <p>かじゅうグミ </p> <p>むぎごはん </p> <p>とりだんごじる </p>	<p>19 </p> <p>レモンあえ コーンとだいずの メンチカツ </p> <p>こめこいり コッペパン </p> <p>パンブキン ポタージュ </p>	<p>20 </p> <p>ブロッコリーの おほかあえ あつあげのみぞれやき </p> <p>むぎごはん </p> <p>もずくじる </p>	<p>21 </p> <p>給食なし</p>	<p>22 </p> <p>ちゅうかおひたし あげぎょうざ (小2こ・中3こ) </p> <p>むぎごはん </p> <p>マーボーどろふ </p>
<p>エネルギー(kcal) 小 564 中 723 塩分 (g) 小 1.8 中 2.3</p>	<p>エネルギー(kcal) 小 646 中 805 塩分 (g) 小 2.7 中 3.6</p>	<p>エネルギー(kcal) 小 582 中 759 塩分 (g) 小 2.1 中 2.6</p>	<p>エネルギー(kcal) 小 0 中 0 塩分 (g) 小 0.0 中 0.0</p>	<p>エネルギー(kcal) 小 672 中 870 塩分 (g) 小 2.4 中 3.0</p>
<p>25 </p> <p>まめサラダ </p> <p>ポークカレー (むぎごはん) </p> <p>しろみぎかな フリッター (小2こ・中3こ) </p>	<p>26 </p> <p>こまつなサラダ とりにくと ポテトのケチャップあえ </p> <p>クリームゴールド </p> <p>キャベツと ベーコンの スープ </p> <p>おちゃパン </p> <p>季節の味 お茶</p>	<p>27 </p> <p>きりほしだいごんの にももの あじのしょうがやき </p> <p>もちげんまい ごはん </p> <p>しろみそしる </p>	<p>28 </p> <p>ヘルシーサラダ ししゃものいそべあげ (中3こ) </p> <p>しょうゆ ラーメン </p> <p>小なし</p>	<p>29 </p> <p>やさいの子チミ (中2こ) </p> <p>ピビンバ (麦ごはん) </p> <p>わかめスープ </p> <p>小なし</p>
<p>エネルギー(kcal) 小 674 中 893 塩分 (g) 小 2.3 中 2.9</p>	<p>エネルギー(kcal) 小 628 中 775 塩分 (g) 小 2.3 中 3.0</p>	<p>エネルギー(kcal) 小 575 中 726 塩分 (g) 小 2.1 中 2.7</p>	<p>エネルギー(kcal) 小 0 中 750 塩分 (g) 小 0.0 中 3.5</p>	<p>エネルギー(kcal) 小 0 中 891 塩分 (g) 小 0.0 中 3.5</p>

今月の飛騨産食材



しいたけ



トマト



ほうれんそう



新茶の季節です！

5月2日は八十八夜です。立春（2月4日ごろ）から数えて88日目の日にあたり、霜が降りなくなり気候が安定する時期として、昔から農作業を始める目安とされてきました。八十八夜といえば、「夏も近づく八十八夜〜♪」という茶摘み歌が知られていますが、茶畑では新茶の収穫時期を迎えます。八十八夜に摘んだ新茶を飲むと長生きするという言い伝えがあるように、お茶には健康に役立つ成分がたくさん含まれています。急須でお茶をいれる機会が少なくなっていますが、この時期だけの新茶を楽しんでみませんか？

