

・学校給食は、岐阜県産の牛乳や米、小麦粉を使用しています。
・その他の材料も、できる限り県内産のものを使用しています。

日曜	献立名					小・エネルギー	中・エネルギー
	主食	主菜	副菜	副菜・その他	デザート等	小・塩分	中・塩分
7金	五目うどん	エビの天ぷら	ブロッコリーのおかか和え		さくらゼリー		
10月	黒コッペパン	オムレツ	海藻サラダ	クリームシチュー	お祝いデザート	775 3.1	930 3.9
11火	醤油ラーメン	春巻	ナムル		りんご	624 1.1	727 1.3
12水	白ごはん	サワラのあけぼの焼き	肉じゃが	五目すまし汁		701 2.0	839 2.5
13木	麦ごはん	鶏肉のから揚げ	五目きんぴら	豆腐の味噌汁		681 2.4	866 3.0
14金	麦ごはん	☆ 食育の日 奥美濃風カレー	☆ ふるさと食材を紹介します れんこんチップス	大根サラダ	みかんゼリー	654 2.2	832 2.7
17月	コッペパン	白身魚フライ	かぼちゃサラダ	コーンスープ		718 2.6	884 3.2
18火	きつねうどん	竹輪のお好み揚げ	おひたし		パイナップル	614 2.2	722 2.5
19水	白ごはん	サケの塩焼き	五目豆	豚汁		592 1.8	710 2.2
20木	麦ごはん	鶏肉の香味焼き	ひじきの煮付け	沢煮汁	オレンジ	646 2.2	815 2.7
21金	麦ごはん	☆ 郷土料理の日 カツオの更紗揚げ	☆ 高知県の食材や料理を紹介します ピーマンの炒め物	どろめ汁		622 2.6	796 3.2
24月	食パン	ハンバーグ	ポテトサラダ	春キャベツのスープ	いちごジャム	606 3.0	728 3.7
25火	ソフト麺 ミートソース	かぼちゃ サンドフライ	カラフルソテー			784 2.0	927 2.3
26水	白ごはん	イカの カレー焼き	たけのこの 土佐煮	アサリの味噌汁	ヨーグルト	603 2.3	706 2.8
27木	麦ごはん	揚げギョーザ	麻婆豆腐	わかめスープ		607 2.1	754 2.5
28金	麦ごはん	飛騨牛カレー	フライドポテト	カラフルサラダ	アセロラゼリー	722 2.2	909 2.7

◎表示してある栄養価は、小学校中学年（3.4年生）と中学生のものです。文部科学省の学校給食摂取基準は、小学校中学年（3.4年生）エネルギー650kcal・食塩2g未満です。中学校は、エネルギー830kcal・食塩2.5g未満です。

こども園・保育園は、麦ごはんではなく、白ごはんです。栄養価は、小学校の0.8倍を目安にしています。

◎牛乳は毎日つきます。◎都合により、献立を変更する場合があります。◎は業者の配送となります。

◎「学校給食地産地消推進事業」では、安全でおいしい岐阜県のお米や野菜を使った給食を食べてもらおうと、農業のことを学んでもらいたいと考えています。

◎学校給食で使用する米・麦・一部大豆・野菜については、学校給食地産地消推進事業により、県・町・JAグループから補助を受けています。

◎毎月19日は「食育の日」です。この日は、岐阜県や北方町産の「ふるさと食材」の使用を予定しています。

ご入学・ご進級おめでとうございます

いよいよ新しい学年での生活がスタートしました。

学校給食は、栄養バランスのとれた食事子どもたちの健やかな成長を支えるために、さまざまなことを学ぶ教材となるものです。岐阜県産や北方町産の食材を大切に取り入れながら、安全や衛生に配慮し、心を込めておいしい給食を作りたいと思います！



給食等を通して学び、身に付けたいこと（食育の視点）

<h4>食事の重要性</h4> <p>食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する</p>	<h4>心身の健康</h4> <p>バランスのとれた食事や食べ方を学び、よりよい食習慣を身に付ける</p>	<h4>食品を選択する能力</h4> <p>正しい知識を身に付け、食品の安全性や品質を判断できる力を身に付ける</p>
<h4>感謝の心</h4> <p>食べ物大事にし、食に関わる人たちへ感謝の心をもつ</p>	<h4>社会性</h4> <p>食事のマナーや食事を通じた人間関係を育む</p>	<h4>食文化</h4> <p>地域の特産物や、食文化、歴史を理解し、尊重する心をもつ</p>

北方町の学校給食で心がけていること

- ・学校給食摂取基準を満たし、成長期の児童生徒に適した献立を作成する。
- ・北方町産や岐阜県産のふるさと食材を積極的に取り入れる。
- ・日本の食文化を大切にした食材や行事食を取り入れる。
- ・岐阜県の食に関わる重要課題である野菜摂取量の増加と、減塩を目指す。
- ・煮る、焼く、蒸す、炒めるなど、さまざまな調理法を組み合わせ、バラエティーに富んだ食事内容にする。
- ・衛生管理を徹底して、安全な給食を提供する。



<h4>【旬の食材】</h4> <p>キャベツ、じゃがいも、わかめ、カツオ、たけのこ など</p> <h4>【ふるさと食材】</h4> <p>米、小麦、牛乳、豚肉 キャベツ、ねぎ、だいこん など</p> <h4>【行事食】</h4> <p>14日 食育の日 21日 高知県の紹子（カツオ、ピーマン）</p>	<h4>献立紹介『れんこんチップス』*給食の人気メニュー！*</h4> <p>材料(4人分)</p> <p>れんこん 160g 揚げ油 適量 塩 少々 青のり粉 小さじ1/2</p> <p>作り方</p> <p>① れんこんは皮をむき、薄さ3mm程度に切って、水にさらしておく。</p> <p>② 140℃に熱した揚げ油で約7分じっくり揚げていく。</p>
<p>☆からっと揚がるポイント☆</p> <p>低温でじっくり揚げる。</p> <p>時々混ぜながら揚げる。</p>	<p>※菜箸から細かい泡が静かに上がってきたら、140℃まで温度がある証拠です。</p> <p>③からっと揚がったら、塩と青のり粉をかけて、完成！</p>