

11 月学校給食献立表(南地区)

給食日数 中 20 日

岐阜市教育委員会

日	曜	こ ん だ て 名		エネルギー kcal	塩分 g
1	月	牛乳	米飯	【ふるさと食材の日】 ※ぶたにく 豚肉のあんからめ ※ほうれん草の ごまあえ ※ぎふみそしる 岐福味噌汁	837 2.3
2	火	牛乳	米飯	※エビのナッツ炒め ※ワントンスープ 中華あえ	778 2.6
4	木	牛乳	麦飯	※ツナライス ※ポトフ ※糸寒天サラダ チーズ	853 3.3
5	金	牛乳	コッペパン	※カレーシチュー ※フライビーンズ ※大根サラダ	835 3.5
8	月	牛乳	米飯	※イワシの紀州煮 ※白菜のピーナッツあえ ※いものこ汁 かみかみ豆 みかん	782 2.2
9	火	牛乳	米飯	※こうやどうふい すぶた ※わかめスープ ※とうにゅうあんにと豆腐 高野豆腐入り酢豚	818 3.1
10	水	牛乳	麦飯	※ハヤシライス ※小松菜のソテー フルーツの盛り合わせ アーモンド入り小魚	880 2.1
11	木	牛乳	麦飯	※わふう 和風おろしハンバーグ ※さといも 里芋のごまあえ ※かすじる 粕汁 ゼリー	869 2.6
12	金	牛乳	胚芽パン	【味の旅—スロバキア—】 ブラウチョヴィー・レゼニユ(ポークカツレツ) グラナディエルスキー・ポホド(じゃがいものソテー) ※ゼレニノヴァー・ポリエウカ(野菜スープ) ジャム	851 3.4
15	月	牛乳	米飯	※サバの味噌煮 ※小松菜の煮びたし ※けんちん汁	797 2.0
16	火	牛乳	米飯	※ぐじょうみそ 郡上味噌けいちゃん ※ごもくまめ ※すまし汁	804 2.6
17	水	牛乳	ソフト麺	※きのこあん ※大学芋 チンゲンサイのオイスターソース炒め	868 2.5
18	木	牛乳	麦飯	※こ はどん ※シシャモのもみじ揚げ ※かきたま汁 みかん	857 2.3
19	金	牛乳	米粉コッペパン	【ふるさと食材の日】 ※ポークビーンズ ※オムレツ ※ほうれん草としめじのソテー ※ヨーグルト	872 4.0
22	月	牛乳	米飯	【味の旅—山形県—】 ※タラのたつた揚げ ※菊花びたし ※芋煮 りんごゼリー	784 1.7
24	水	牛乳	一食うどん	※たまご 卵とじうどん ※イカのあられ揚げ ※き ぼ だいこん に 切り干し大根のじゃこ煮	811 2.7
25	木	牛乳	麦飯	※サケのさつまいも入りきのこあんかけ ※だいこん かくふ ※にももの ※いかだしじる まっちゃ 大根と角麩の煮物 筏師汁 抹茶ぷりん	772 1.9
26	金	牛乳	黒パン	※ミートボールのケチャップ煮 ※コーンキャベツ ※だいこん 大根としめじのスープ ゼリー	832 3.5
29	月	牛乳	米飯	※かんとうに 関東煮 ※レバーの煮つけ ※ゆず かお こざかな 柚子の香りあえ 小魚	748 2.3
30	火	牛乳	米飯	※サンマのかば焼き ※おかかあえ ※だいこん ぎふみそしる 大根の岐福味噌汁	806 2.2

(令和3年度)

- ◇米は岐阜県産を100%、パンとソフト麺に使用する小麦粉は岐阜県産を50%使用しています。
- 牛乳は岐阜県産を100%使用しています。米飯、パン、ソフト麺、牛乳は岐阜県内で製造しています。
- ◇※のメニューには岐阜県産の食材を使用しています。
- ◇『ふるさと食材の日』は、すべての献立に岐阜県産の食材を使用しています。
- ◇主な食材の産地は、学校給食課のホームページに掲載しています。
- ◇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。
- ◇麦飯は、【米10:麦1】の比率です。
- ◇毎月19日は、「食育の日」です。
- ◇給食の赤味噌は、すべて岐阜県産の大豆から作られた岐福(ぎふ)味噌を使用しています。
- ◇学校給食の栄養価は、『学校給食摂取基準(学校給食実施基準)』に基づいて考えられています。