

10月学校給食献立表(北地区)

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
3	月	牛乳	米飯	ジャンバラヤ フライドポテト ^{まめ} 豆のスープ チーズ	802	2.7
4	火	牛乳	米飯	※カツオのたつた揚げ ^あ ※ごまあえ [※] けんちん汁 ^じ	772	1.6
5	水	牛乳	麦飯	高野豆腐 ^{こうやどうふ} の卵とじ こんにやくのきんぴら ※さつまいもの味噌汁 ^{みそじる} みかん	789	2.6
6	木	牛乳	麦飯	※きのこカレー ^{だいず} 大豆 ^{こさかな} と小魚 ^{※だいこん} 大根サラダ	809	2.5
7	金	牛乳	小型パン	※や ^{※あつあ} 焼きそば [※] 厚揚げともやしの炒め物 ^{いた} 豆乳杏仁豆腐 ^{もの どうにゅうあんにとら豆腐}	756	4.0
11	火	牛乳	米飯	厚焼き卵 ^{あつやき たまご} ※おかかあえ [※] のっぺい汁 [※] 納豆 ^{※なつどう} 小魚 ^{こさかな}	785	2.7
12	水	牛乳	麦飯	※ひじきごはん [※] アジの香味揚げ ^{こうみ あ} 岐福味噌汁 ^{※ぎふみそじる} みかん	821	2.4
13	木	牛乳	麦飯	※ビビンバ ^{どんぶり} 丼 わかめスープ フルーツの盛り合わせ ^{も あ}	794	2.2
14	金	牛乳	米飯	※アユのごま味噌だれ ^{みそ} 鶏肉 ^{とりにく} と角麩 ^{かくふ} のうま煮 ^に 小魚汁 ^{※ じ}	813	1.8
17	月	牛乳	黒パン	鶏肉 ^{とりにく} の赤ワイン煮 ^{あか} ひじきサラダ ※さつまいものクリームスープ	859	3.0
18	火	牛乳	米飯	キビナゴのから揚げ ^あ 肉じゃが ^{※にく} 岐福味噌汁 ^{※ぎふみそじる} かみかみ大豆 ^{だいず}	777	2.0
19	水	牛乳	麦飯	エビのチリソース煮 ^に 切り干し大根 ^{※き ぼ} の中華炒め ^{だいこん ちゅうかい} ※ワンタンスープ ゼリー	799	2.5
20	木	牛乳	一食うどん	※かやくうどん ^{※だいず} 大豆入りかき揚げ ^あ 大根とツナの煮物 ^{※だいこん} お芋の大福 ^{いも たいふく}	817	1.9
21	金	牛乳	米飯	サバの煮つけ ^に ※キャベツのごま酢あえ [※] 山の幸 ^{※やま さち} の味噌汁 ^{みそ} みかん	772	2.4
24	月	牛乳	食パン	※チリコンカン コーンキャベツ ポテトスープ ヨーグルト	785	3.1
25	火	牛乳	米飯	肉団子の甘酢あん ^{にくだんご あまず} ※チンゲンサイ [※] の中華炒め ^{ちゅうかい} ※豆腐と卵のスープ ^{※とうふ たまご} ゼリー	837	2.8
26	水	牛乳	麦飯	【ふるさと食材の日】 ※タラのから揚げ ^あ きのこあんかけ ※こまつな [※] のごま味噌あえ ^{みそ} 岐阜根菜汁 ^{※ぎふこんさい}	742	1.8
27	木	牛乳	ソフト麺	シーフードソース 粉ふきいも ^こ ※キャベツのサラダ [※]	869	2.4
28	金	牛乳	米飯	【ふるさと食材の日】 ※ぐじょうみそ [※] 郡上味噌 [※] けいちゃん 磯錦 ^{※いそにしき} すまし汁 ^{※ じ} ゼリー	767	2.9
31	月	牛乳	米飯	【味の旅一栃木県】 ※ぶた [※] いた ^{いた} ※こまつな [※] 豚ニラ炒め ^に 小松菜とゆばの煮びたし ※かんぴょう ^{たまご} の卵とじ	745	1.9

(令和4年度)

- ◇米は岐阜県産の『はつしも』100%、うどんに使用する小麦粉は岐阜県産を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。
- ◇給食用食材の放射性物質検査を行っています。
- 検査結果は、食品衛生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。