

# 1 月学校給食献立表(南地区)

給食日数 小 16 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
10	火	牛乳	米飯	※ <sup>どんぶり</sup> ピビンバ丼 トックスープ フルーツ盛り合わせ	648	1.8
11	水	牛乳	ソフト麺	※ <sup>にくみそ あま</sup> 肉味噌 甘エビのから揚げ 粉ふきいも	661	1.8
12	木	牛乳	麦飯	ブリの照り焼き ※ <sup>じる</sup> こぶ汁 ぜんざい みかん	664	1.3
13	金	牛乳	食パン	※ <sup>にこ</sup> 煮込みハンバーグ ※ <sup>ほうれん草とキャベツのソテー</sup> ほうれん草とキャベツのソテー ※ <sup>コーンポタージュ ミルメーク</sup> コーンポタージュ ミルメーク	683	3.1
16	月	牛乳	米飯	※ <sup>とりにく</sup> 鶏肉のオランダ煮 ※ <sup>に きき ぼ だいこん</sup> 切り干し大根のごまよごし ※ <sup>すまし汁</sup> すまし汁	634	1.4
17	火	牛乳	米飯	※ <sup>いか</sup> イカのあられ揚げ ※ <sup>いた</sup> 炒めなます ※ <sup>さつま汁</sup> さつま汁 ふりかけ	635	1.9
18	水	牛乳	クロワッサン	※ <sup>スパゲティナポリタン</sup> スパゲティナポリタン ポトフ フルーツ白玉 ※ <sup>しらたま ござかな</sup> 小魚	655	2.8
19	木	牛乳	麦飯	※ <sup>おやこどんぶり</sup> 親子丼 ※ <sup>いた に</sup> くきわかめの炒め煮 ※ <sup>いしかりじる</sup> 石狩汁	632	2.4
20	金	牛乳	米粉コッペパン	※ <sup>クリームシチュー</sup> クリームシチュー ※ <sup>フライビーンズ</sup> フライビーンズ ※ <sup>カラフルサラダ</sup> カラフルサラダ	671	2.8
23	月	牛乳	米飯	【味の旅—長崎県—】 ※ <sup>ながさきてん</sup> 長崎天ぷら ※ <sup>うらかみ</sup> 浦上そばろ ※ <sup>ぐぞうに</sup> 具雑煮 	636	1.5
24	火	牛乳	米飯	※ <sup>わふうゆず</sup> サケの和風柚子バターソース ※ <sup>はくさい</sup> 白菜のじゃこんぶあえ ※ <sup>ぎほく</sup> 岐北づくしの味噌汁 ※ <sup>みそしる</sup> 南濃みかん	625	1.7
25	水	牛乳	麦飯	※ <sup>とんぼーろう</sup> 東坡肉(トンポーロウ) ※ <sup>やさい</sup> 野菜の塩炒め ※ <sup>たけのこ</sup> 筍と豆苗の卵スープ ※ <sup>あん</sup> 杏仁ゼリー	689	1.9
26	木	牛乳	麦飯	【ふるさと食材の日】 ※ <sup>きんぎょ</sup> 金魚めし ※ <sup>とりにく</sup> 鶏肉と大豆の煮物 ※ <sup>えんくう</sup> 円空さといもの味噌汁 ※ <sup>みそしる</sup> ※ <sup>ぎふしさん</sup> 岐阜市産いちごゼリー 	636	1.7
27	金	牛乳	コッペパン	※ <sup>カレーシチュー</sup> カレーシチュー フレンチサラダ ※ <sup>もも かんづめ</sup> 桃の缶詰	605	2.7
30	月	牛乳	米飯	※ <sup>かんこくふうにく</sup> 韓国風肉じゃが ※ <sup>チンゲンサイの炒め物</sup> チンゲンサイの炒め物 ※ <sup>はくさい</sup> 白菜と肉団子のスープ	635	1.8
31	火	牛乳	米飯	【ふるさと食材の日】 ※ <sup>みそに</sup> サバの味噌煮 ※ <sup>こまつな</sup> 小松菜と干し柿のおひたし ※ <sup>ほ がき</sup> 田舎汁 ※ <sup>いなかじる</sup> 	601	1.8

(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。