

11 月学校給食献立表(南地区)

給食日数 小 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	火	牛乳	米飯	ソフトカレイのたつた揚げ ^あ もやしと海藻の塩こうじあえ [※] 秋の根菜あったか汁 ^{※あき こんさい}	577	1.3
2	水	牛乳	麦飯	※ ハヤシライス 豆のマリネ ^{※まめ} ほうれん草 [※] のソテー ゼリー [※]	699	1.8
4	金	牛乳	食パン	※ ロケット キャベツのソテー フルーツ盛り合わせ ^も ジャム ^あ	646	2.2
7	月	牛乳	米飯	【味の旅—新潟県—】 サケの揚げびたし ^あ ずいきのきんぴら [※] 黄金汁 ^{※こがねじる}	624	1.7
8	火	牛乳	米飯	※ぶたにく みそいた 豚肉の味噌炒め [※] 里芋とイカの煮つけ [※] きのご汁 [※]	583	1.8
9	水	牛乳	一食うどん	※たまご 卵とじうどん [※] ちくわの天ぷら [※] 五目豆 ^{※ごもくまめ}	655	2.6
10	木	牛乳	麦飯	※こ はどん ごもくあつや たまご 木の葉丼 ^{※かすじる} 五目厚焼き卵 [※] 粕汁 [※] みかん	685	2.1
11	金	牛乳	レーズンパン	※ カレーフライドチキン [※] 豆とれんこんのサラダ ^{※まめ} 大根としめじのスープ ^{※だいこん}	639	2.7
14	月	牛乳	米飯	イワシの紀州煮 ^{きしゅうに} 高野豆腐の煮物 ^{こうやどうふ} うずら卵のすまし汁 [※] みかん [※]	626	2.0
15	火	牛乳	米飯	【ふるさと食材の日】 大豆と鶏肉の煮物 [※] ごまあえ [※] 岐福早田味噌汁 ^{※ぎふそうでんみそじる}	610	1.6
16	水	牛乳	ソフト麺	※きのこあん さつまいもチップス [※] チンゲンサイの炒め物 ^{いた もの}	658	1.8
17	木	牛乳	麦飯	※ ふきよせごはん シンヤモのみみじ揚げ ^あ 岐福味噌汁 ^{※ぎふみそじる}	626	1.7
18	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 [※] 小松菜のソテー ^{※こまつな} ※ヨーグルト	675	3.0
21	月	牛乳	米飯	※ぶたにく 豚肉のあんからめ [※] 小松菜のゆず味噌あえ [※] こぶ汁 [※]	699	1.8
22	火	牛乳	米飯	※ みそに サバの味噌煮 [※] ひじきの炒め煮 ^{いた} けんちん汁 [※] みかん [※]	643	1.9
24	木	牛乳	麦飯	※ タラのさつまいも入りきのこあんかけ [※] 大根と角麩の煮物 ^{※だいこん かくふ} ※いかにしる 筏師汁 ^{まっちゃ} 抹茶プリン	680	1.8
25	金	牛乳	食パン	※ キーマカレー グリーンポテト [※] 白菜のスープ ^{※はくさい}	603	3.1
28	月	牛乳	米飯	※まーぼー豆腐 麻婆豆腐 ^{だいがくも} 大学芋 ^{※らーぼーつあい} 辣白菜	666	1.9
29	火	牛乳	米飯	イカのあられ揚げ ^あ 切り干し大根のごまよごし [※] 呉汁 ^{※ごじる}	618	1.6
30	水	牛乳	麦飯	ツナライス キャベツのカレーソテー [※] アサリのチャウダー	657	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。