10 月学校給食献立表（中地区）

給食日数　小　　21 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
2	月	牛乳	米飯	※ひじきごはん　※たまごあおなわふういた卵と青菜の和風炒め　※ぎふみそしる岐福味噌汁 みかん	617	1.9
3	火	牛乳	黒パン	とりにくあかにとり鶏肉の赤ワイン煮　ウインナーポテト　※カラフルスープ	603	2.2
4	水	牛乳	麦飯	※ちくわのいそべあ磯辺揚げ　※だいこんにもの大根とがんもの煮物　※すましじる汁 ふりかけ	608	2.3
5	木	牛乳	麦飯	【ふるさとしょくざいひ食材の日】 ※きのこカレー　※まめ豆のマリネ　※コーンもやし	636	2.1
6	金	牛乳	米飯	※サバのみそに味噌煮　※おかかあえ　※ゆば湯葉のすましじる汁	586	1.6
10	火	牛乳	米飯	こうやどうふたまご高野豆腐の卵とじ　※に煮びたし　※いなかじる田舎汁	589	2.0
11	水	牛乳	麦飯	※カツオのあさらさ揚げ　さといもにもの里芋とイカの煮物　※ぎふみそしる岐福味噌汁 みかん	668	1.7
12	木	牛乳	ソフト麺	シーフードソース　ふかしいも　※まめ豆のサラダ	691	2.4
13	金	牛乳	米飯	【ふるさとしょくざいひ食材の日】 ※アユのごまみそ味噌だれ　※じゃがいものに煮つけ ※ハツシモべいめんじる米麺汁	624	1.8
16	月	牛乳	米飯	※ぶたにくや豚肉のしょうが焼き　きんときまめあまに金時豆の甘煮　※こんさいじる根菜汁	607	1.4
17	火	牛乳	小型パン	あ揚げパン　※や焼きビーフン　とうにゅうあんにんどうふ豆乳杏仁豆腐	615	1.6
18	水	牛乳	麦飯	あつやたまご厚焼き卵　※こまつな小松菜のそぼろいた炒め　※ぶたじる豚汁　ゼリー	595	1.7
19	木	牛乳	麦飯	※とりにくだいずにもの鶏肉と大豆の煮物　じゃがいものきんぴら　※かきたまじる汁	618	1.6
20	金	牛乳	米飯	※タラのあから揚げきのこあんかけ　れんこんのいため炒め煮 ※つみれじる汁	615	2.2
23	月	牛乳	米飯	にくだんごあまず肉団子の甘酢あん　はくさいしおいた白菜の塩炒め　※ワンタンスープ	627	1.8
24	火	牛乳	米粉コッペパン	※さつまいものシチュー　オムレツ　※そうほうれん草のソテー	598	3.0
25	水	牛乳	麦飯	※どんぶりビビンバ丼　わかめスープ　フルーツもあ盛り合わせ	588	1.6
26	木	牛乳	麦飯	ジャンバラヤ　グリーンポテト　※だいこん大根としめじのスープ チーズ	588	2.2
27	金	牛乳	一食うどん	※かやくうどん　※あかき揚げ　※きぼ切り干しだいこん大根とツナの煮つけ りんご	624	1.3
30	月	牛乳	米飯	【あじたびかごしまけん味の旅―鹿児島県―】 キビナゴのなんばんづけ　しらたきのあぶら油そうめんふう風　※じるさつま汁 ゼリー	633	2.2
31	火	牛乳	食パン	※チリコンカン　コーンキャベツ ※そうほうれん草のクリームスープ	631	2.5

（令和5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。