

10月学校給食献立表(南地区)

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	あつや たまご ※こまつな 厚焼き卵 小松菜のそぼろ炒め いた ※ぶたじる 豚汁 ゼリー	595	1.7
3	火	牛乳	米飯	※とりにく だいず にももの 鶏肉と大豆の煮物 じゃがいものきんぴら かきたま汁 ※きりる	618	1.6
4	水	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
5	木	牛乳	麦飯	※ ビビンバ丼 わかめスープ フルーツ盛り合わせ も あ	588	1.6
6	金	牛乳	食パン	※ チリコンカン コーンキャベツ ※ ほうれん草のクリームスープ そう	631	2.5
10	火	牛乳	米飯	こうやどうふ たまご ※に ※いなかじる 高野豆腐の卵とじ 煮びたし 田舎汁	589	2.0
11	水	牛乳	麦飯	※ カツオのさらさ揚げ あ さといも にももの 煮物 岐福味噌汁 ※ぎふみそしる みかん	668	1.7
12	木	牛乳	麦飯	【ふるさと食材の日】 ※ きのかレー ※まめ 豆のマリネ ※ コーンもやし 	636	2.1
13	金	牛乳	米飯	【ふるさと食材の日】 ※ アユのごま味噌だれ ※ みそ ※ じゃがいもの 煮つけ に ※ ハツシモ米麺汁 ※べいめんじる 	624	1.8
16	月	牛乳	米飯	※ サバの味噌煮 ※ みそ に ※ おかかあえ ※ゆば 湯葉のすまし汁 じる	586	1.6
17	火	牛乳	米飯	※ ちくわの磯辺揚げ いそべあ ※だいこん にももの 煮物 すまし汁 ※きりる ふりかけ	608	2.3
18	水	牛乳	黒パン	とりにく あか 鶏肉の赤ワイン煮 に ウィンナーポテト ※カラフルスープ	603	2.2
19	木	牛乳	麦飯	※ タラのから揚げきのかあんかけ ※ あ ※ れんこんの炒め煮 いた に ※ つみれ汁 じる	615	2.2
20	金	牛乳	小型パン	あ 揚げパン ※や 焼きビーフン どうにゅうあんにと豆腐	615	1.6
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 ※ ワンタンスープ	627	1.8
24	火	牛乳	米飯	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
25	水	牛乳	一食うどん	※ かやくうどん ※ あ ※き ほ だいこん にももの 煮つけ に りんご	624	1.3
26	木	牛乳	麦飯	※ ひじきごはん ※たまごあおな わふういた ※ぎふみそしる 卵と青菜の和風炒め 岐福味噌汁 みかん	617	1.9
27	金	牛乳	米粉コッペパン	※ さつまいものシチュー ※ オムレツ ※ ほうれん草のソテー そう	598	3.0
30	月	牛乳	米飯	【味の旅—鹿児島県—】 ※ キビナゴの南蛮漬け ※なんばんづ あぶら ふう ※ さつまた汁 じる ゼリー 	633	2.2
31	火	牛乳	米飯	※ぶたにく や きんときまめ あまに ※こんさいじる 豚肉のしょうが焼き 金時豆の甘煮 根菜汁	607	1.4

(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。