

10月学校給食献立表(中地区)

給食日数 中 22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	木	牛乳	ソフト麺 <small>※ちゅうか</small> 中華あんかけ ふかしいも <small>※ちゅうかいた</small> 中華炒め	832	2.3
2	金	牛乳	赤飯 <small>※</small> サケのおろしだれ <small>やさい</small> 野菜の煮つけ <small>※</small> すまし汁 <small>※</small> 黒ごま <small>くる</small>	882	2.0
5	月	牛乳	米飯 <small>あつや たまご</small> 厚焼き卵 <small>しらたき い</small> しらたき入りじゃがいもの煮つけ <small>※</small> 根菜汁 <small>※こんさいじる</small>	715	1.9
6	火	牛乳	食パン メンチカツ <small>まめ</small> ボイルキャベツ 豆のスープ ゼリー	824	3.1
7	水	牛乳	麦飯 <small>サバの</small> 煮つけ <small>※</small> おかかあえ <small>※</small> 豚汁 <small>※ぶたじる</small>	782	2.2
8	木	牛乳	麦飯 <small>※</small> きのこカレー <small>※まめ</small> 豆のサラダ <small>ふくしんづ</small> 福神漬け ゼリー	858	3.0
9	金	牛乳	米飯 【ふるさと食材の日】  <small>※</small> ひじきごはん <small>※</small> 肉じゃが <small>※</small> 具だくさん味噌汁 <small>※</small>	755	2.5
12	月	牛乳	米飯 <small>こうや どうふ たまご</small> 高野豆腐の卵とじ <small>※</small> こんにやくのきんぴら <small>※</small> 味噌汁 <small>※</small> みかん	765	2.7
13	火	牛乳	小型パン <small>※や</small> 焼きそば <small>※あつあ</small> 厚揚げのオイスターソース炒め <small>いた</small>	789	4.1
14	水	牛乳	食パン <small>※</small> チリコンカン <small>※</small> コーンキャベツ <small>※</small> ポテトスープ	767	3.7
15	木	牛乳	麦飯 <small>※</small> アユのごま味噌だれ <small>※</small> 角麩の煮つけ <small>※</small> すまし汁 <small>※</small> みかん	809	1.7
16	金	牛乳	米飯 <small>にくだんご あまず</small> 肉団子の甘酢あん <small>※</small> チンゲンサイの中華炒め <small>ちゅうかいた</small>	789	2.6
19	月	牛乳	米飯 【味の旅ー鹿児島県ー】  <small>※</small> キビナゴの南蛮漬け <small>※</small> はんぺんとほうれん草の煮びたし <small>※</small> さつま汁 <small>※</small>	757	2.5
20	火	牛乳	食パン さつまいものシチュー <small>※まめ</small> 豆のマリネ <small>※</small> ひじきサラダ <small>※</small> ジャム	821	3.4
21	水	牛乳	麦飯 ジャンバラヤ <small>※</small> フライドポテト <small>※</small> キャベツのスープ <small>※</small> チーズ	826	2.9
22	木	牛乳	麦飯 <small>※あ</small> 揚げだし豆腐 <small>※</small> じゃがいものきんぴら <small>※</small> うずら卵のすまし汁 <small>※</small>	779	1.9
23	金	牛乳	一食うどん <small>※</small> かやくうどん <small>※</small> かき揚げ <small>※</small> 大根とツナの煮物 <small>※</small> ゼリー <small>※</small>	808	1.9
26	月	牛乳	米飯 <small>※だいこん</small> 大根と豚肉の煮物 <small>※</small> アーモンドあえ <small>※</small> 岐福味噌汁 <small>※</small> みかん <small>※</small>	737	2.1
27	火	牛乳	黒パン <small>※</small> 鶏肉の赤ワイン煮 <small>※</small> きのこのクリームスープ <small>※</small> 大根サラダ <small>※</small>	834	3.4
28	水	牛乳	麦飯 <small>※</small> ビビンバ丼 <small>※</small> トックススープ <small>※</small> 杏仁豆腐 <small>※</small>	800	2.5
29	木	牛乳	麦飯 【ふるさと食材の日】  <small>※</small> カツオのたつた揚げ <small>※</small> ごまあえ <small>※</small> けんちん汁 <small>※</small>	768	1.7
30	金	牛乳	米飯 <small>※ぶたにく</small> 豚肉のしょうが焼き <small>※</small> 野沢菜ふりかけ <small>※</small> のっぺい汁 <small>※</small> みかん	773	2.2

(令和2年度)

- ◇米は岐阜県産の『はつしも』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、学校保健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。