

### 3月学校給食献立表(中地区)

給食日数 中

18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	月	牛乳	米飯	※ ちらしごはん サワラの照り焼き ※ すまし汁 三色団子	857	2.2
2	火	牛乳	米飯	※ サケのおろしだれ 筑前煮 ※ しんじょ汁 お祝いデザート	886	2.3
3	水	牛乳	麦飯	チキンライス ポテトオムレツ ※ キャベツのスープ チーズ	799	2.9
4	木	牛乳	米粉コッペパン	アサリのチャウダー ※ フライビーンズ ※ カラフルサラダ	793	3.7
8	月	牛乳	米飯	こやどうふ たまご ※ 高野豆腐の卵とじ おひたし ※ みそしる 味噌汁 ゼリー	783	2.7
9	火	牛乳	食パン	※ ポークビーンズ ※ やさい 野菜のソテー フルーツ盛り合わせ ※ シヤム	834	3.0
10	水	牛乳	ソフト麺	※ にくみそ 肉味噌 じゃがいものから揚げ ※ おかかあえ 小魚	891	2.7
11	木	牛乳	麦飯	※ とりにく 鶏肉と大豆の煮物 にもの 煮物 ※ しおこうじ 塩麹 きんぴら ※ かきたま汁	805	2.2
12	金	牛乳	米飯	※ シヤモの磯辺揚げ いそべあ ※ ごもくめ ※ キャベツの味噌汁 ※ みそしる	790	2.5
15	月	牛乳	米飯	【ふるさと食材の日】 ※ ぶたにく みそいた 豚肉の味噌炒め ※ き ぼ だいこん 切り干し大根の煮つけ ※ すまし汁	773	2.2
16	火	牛乳	バンズパン	ハンバーグのソースかけ ボイルキャベツ チンゲンサイのクリーム煮 ※ はっこうにゅう 発酵乳	785	3.3
17	水	牛乳	麦飯	※ すぶた 酢豚 ※ かいそう 海藻 ※ とうふ 豆腐 サラダ 豆腐のスープ	807	2.8
18	木	牛乳	麦飯	【ふるさと食材の日】 ※ ひじきごはん ※ ひだぎゅう 飛騨牛コロッケ ※ けんちん汁	846	2.1
19	金	牛乳	一食中華麺	※ フーメン ※ はるまき 春巻 ※ こうみ 香味あえ	826	3.3
22	月	牛乳	米飯	※ カレーライス ※ コールスローサラダ フルーツミックス	868	2.5
23	火	牛乳	米飯	【味の旅ー青森県ー】 ※ マグロのたつた揚げ ※ ねりこみ ※ せんべい汁 りんごゼリー	834	2.1
24	水	牛乳	麦飯	※ サバの煮つけ ※ キャベツのごま酢あえ ※ ぎふみそしる 岐福味噌汁	788	2.4
25	木	牛乳	麦飯	イカのてり煮 ※ じゃがいものそぼろ煮 ※ いなかじる 田舎汁 ひじきの佃煮	765	3.0

(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。
- ◇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。