

### 3月学校給食献立表(南地区)

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	※ <small>ちらし</small> ごはん サワラの <small>て</small> 照り焼き ※ <small>すまし</small> 汁 <small>さんしょくだんご</small> 三色団子	857	2.2
2	火	牛乳	米飯	※サケのおろしだれ <small>ちくぜんに</small> 筑前煮 ※ <small>しんじょ</small> 汁 <small>いわ</small> お祝いデザート	886	2.3
3	水	牛乳	ソフト麺	※ <small>にくみそ</small> 肉味噌 <small>じゃがいものから揚げ</small> <small>おおかあえ</small> <small>こざかな</small> 小魚	891	2.7
4	木	牛乳	麦飯	※カレーライス ※ <small>コールスロー</small> サラダ フルーツミックス	868	2.5
8	月	牛乳	米飯	※ <small>すぶた</small> 豚 <small>かいそう</small> 海藻サラダ ※ <small>とうふ</small> 豆腐のスープ	807	2.8
9	火	牛乳	米飯	【味の旅—青森県—】 ※ <small>マグロ</small> のたつた揚げ <small>ねりこみ</small> <small>せんべい</small> 汁 りんごゼリー 	834	2.1
10	水	牛乳	麦飯	※ <small>とり</small> 肉と大豆の煮物 <small>にんじんの塩麹</small> <small>さんぴら</small> <small>かきたま</small> 汁	805	2.2
11	木	牛乳	麦飯	チキンライス <small>ポテトオムレツ</small> ※ <small>キャベツ</small> のスープ チーズ	799	2.9
12	金	牛乳	米粉コッパン	アサリのチャウダー ※ <small>フライビーンズ</small> ※ <small>カラフル</small> サラダ	793	3.7
15	月	牛乳	米飯	【ふるさと食材の日】 ※ <small>豚肉</small> の味噌炒め <small>切り干し大根</small> の煮つけ <small>すまし</small> 汁 	773	2.2
16	火	牛乳	米飯	※ <small>シシャモ</small> の磯辺揚げ <small>五目豆</small> ※ <small>キャベツ</small> の味噌汁	790	2.5
17	水	牛乳	一食中華麺	※ <small>ラーメン</small> <small>春巻</small> <small>香味あえ</small>	826	3.3
18	木	牛乳	麦飯	イカのてり煮 <small>じゃがいものそぼろ</small> 煮 <small>田舎</small> 汁 ひじきの佃煮	765	3.0
19	金	牛乳	バンズパン	ハンバーグのソースかけ <small>ポイル</small> キャベツ チンゲンサイのクリーム煮 <small>発酵</small> 乳	785	3.3
22	月	牛乳	米飯	【ふるさと食材の日】 ※ <small>ひじき</small> ごはん <small>飛騨牛</small> コロツケ ※ <small>けんちん</small> 汁 	846	2.1
23	火	牛乳	食パン	※ <small>ポーク</small> ビーンズ <small>野菜</small> のソテー <small>フルーツ盛り合わせ</small> ※ <small>ジャム</small>	834	3.0
24	水	牛乳	麦飯	※ <small>サバ</small> の煮つけ <small>キャベツ</small> のごま酢あえ <small>岐福</small> 味噌汁	788	2.4
25	木	牛乳	麦飯	<small>高野豆腐</small> の卵とじ <small>おひたし</small> <small>味噌</small> 汁 <small>ゼリー</small>	783	2.7

(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。