

12月 学 校 給 食 献 立 表

七郷小学校

日	曜	こ ん だ て 名			エネルギー kcal	塩分 g
2	月	牛乳	食パン	※チリコンカン コーンキャベツ ※ポテトスープ	600	2.5
3	火	牛乳	米飯	※サバのおろしだれ ※ふきよせ ※あつあ ぎふみそしる 厚揚げの岐福味噌汁	648	1.8
4	水	牛乳	麦飯	【味の旅—長野県—】 ※し どうふ たまご のざわな ※のこのみぞれ汁 りんご 	615	1.8
5	木	牛乳	一食中華麺	※やさい 野菜ラーメン ギョーザ ※き ぼ だいこん ちゅうかいた 切り干し大根の中華炒め	587	2.6
6	金	牛乳	米飯	※ちくわの香味揚げ ※こうみあ ※ひじき だいず にも の 煮物 ※ぐ 具だくさん味噌汁	610	2.6
9	月	牛乳	黒パン	※フライドチキン ※キャベツのソテー ※ふゆやさい 冬野菜のスープ	649	2.0
10	火	牛乳	米飯	※シーフードカレー ※フライビーンズ ※みずな 水菜のサラダ	638	2.2
11	水	牛乳	麦飯	※ひきずり きんときまめ あまに ※ほうれん草のおかかあえ	635	1.2
12	木	牛乳	麦飯	【ふるさと食材の日】 ※だいずい 大豆入りツナごはん ※にく 肉じゃが ※だいこん ぎふみそしる 大根の岐福味噌汁 	634	1.9
13	金	牛乳	米飯	※ワカサギのから揚げ あ 煮なます ※きりたんぼ鍋	610	1.5
16	月	牛乳	米飯	あつや たまご ※はくさい に 厚焼き卵 白菜の煮びたし ※ぶたじる ※なっとう 豚汁 納豆	620	2.2
17	火	牛乳	米飯	エビと厚揚げのチリソース煮 ※じゃがいものオイスターソース炒め いたま ※ワンタンスープ ゼリー	601	1.9
18	水	牛乳	麦飯	さんしよく 三色ごはん ※かくふ に 角麩の煮つけ ※のっぺい汁	643	1.7
19	木	牛乳	ソフト麺	※ちゅうか 中華あんかけ ※だいず こざかな 大豆と小魚のごまがらめ ※らーばーつあい 辣白菜	640	2.4
20	金	牛乳	米飯	※サケのゆず味噌かけ ※みそ とうじ 冬至かぼちゃ ※う こ 打ち込み汁	620	1.6
23	月	牛乳	コッペパン	とりにく あか に ※鶏肉の赤ワイン煮 ひじきサラダ ※ほうれん草のクリームスープ煮 に デザート	697	2.5
24	火	牛乳	米飯	※こ あ 小イワシのたつた揚げ ※き ぼ だいこん に 切り干し大根の煮つけ ※さといも ぎふみそしる 里芋の岐福味噌汁	586	1.3
25	水	牛乳	麦飯	※ビビンバ丼 どんぶり ※たまごい 卵入りトックスープ フルーツ盛り合わせ	631	1.9
26	木	牛乳	麦飯	【ふるさと食材の日】 ※ぶたにく あつあ みそいため ※こまつな 豚肉と厚揚げの味噌炒め 小松菜としめじのごまあえ  ※ ぎふみそしる 味噌汁	587	1.6

- ◇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%、パンとソフト麺と一食中華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。