

3月学校給食献立表(中地区)

給食日数 中

15日

岐阜市立藍川東中学校

日	曜	こ ん だ て 名			エネルギー kcal	塩分 g
1	水	牛乳	米粉食パン	※ポークビーンズ オムレツ ※野菜のソテー いちごジャム	796	3.9
2	木	牛乳	麦飯	【桃の節句】 ちらしごはん サケの塩焼き ※あおさのしんじょ汁 三色のひな祭りゼリー	800	3.0
3	金	牛乳	米飯	※変わり肉じゃが レバーの煮つけ ※すまし汁 ヨーグルト	807	2.0
6	月	牛乳	米飯	【お祝い献立】 エビフライ 筑前煮 ※いわじり汁 紅白もち	871	1.9
7	火	卒業式				
8	水	牛乳	麦飯	【ふるさと食材の日】 ※おやこどんぶり※ 親子丼 ほうれん草のおかかあえ ※ぎふみそ汁	752	2.5
9	木	牛乳	麦飯	イカの照り煮 うの花いり 利休汁 ももゼリー	781	2.8
10	金	牛乳	米飯	【ふるさと食材の日】 ※シヤモのお茶揚げ ※じゃがいものそぼろ煮 ※キャベツの味噌汁	770	2.1
13	月	牛乳	米飯	※サバの味噌煮 にんじんの塩こうじきんぴら ※いなかじる田舎汁	798	2.3
14	火	牛乳	食パン	にこ煮込みハンバーグ ボイルキャベツ ※アサリのチャウダー	881	3.7
15	水	牛乳	一食うどん	【味の旅—岩手県—】 ※じゃじゃ麺 ソフトカレイのたつた揚げ くきわかめの炒め煮	839	2.2
16	木	牛乳	麦飯	※すぶた 白菜の塩炒め ※はるさめ春雨のスープ わかめふりかけ	797	2.9
17	金	牛乳	米飯	※マグロのたつた揚げ ※ひじきと大豆の煮物 沢煮椀 いちごゼリー	836	2.1
20	月	牛乳	米飯	※とりにく だいず にももの煮物 ※こまつな小松菜のごまあえ ※かきたま汁 ぼたもち	829	2.0
21	火	春分の日				
22	水	牛乳	麦飯	※とりにく 鶏肉のかぼすだれ ※きぼだいこん 切り干し大根とツナの煮つけ ※ぎふみそ汁 岐福味噌汁	848	2.2
23	木	牛乳	麦飯	※まーぼー豆腐 麻婆豆腐 じゃがいものから揚げ 中華あえ ミルメーク	817	2.5

(令和4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。