

# 11月学校給食献立表(厚見小学校)

給食日数 小

20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 【ふるさと食材の日】 豚肉のあんからめ ほうれん草のごまあえ 味噌汁	676	2.0
2	火	牛乳	米飯 エビのナッツ炒め フォンタンスープ 中華あえ	633	2.3
4	木	牛乳	麦飯 ツナライス ポトフ 糸寒天サラダ	621	2.0
5	金	牛乳	コッペパン カレーシチュー フライビーンズ 大根サラダ	690	2.9
8	月	牛乳	米飯 イワシの紀州煮 白菜のピーナッツあえ いものこ汁 かみかみ豆	614	2.0
9	火	牛乳	米飯 高野豆腐入り酢豚 わかめスープ 豆乳杏仁豆腐	678	2.5
10	水	牛乳	麦飯 ハヤシライス 小松菜のソテー フルーツの盛り合わせ	676	1.5
11	木	牛乳	麦飯 和風おろしハンバーグ 里芋のごまあえ 粕汁	680	2.2
12	金	牛乳	胚芽パン 【味の旅ースロバキアー】 ブラウチョヴィー・レゼニユ(ポークカツレツ) グラナディエルスキー・ポポド(じゃがいものソテー) ゼレニノヴァー・ポリエウカ(野菜スープ) ジャム	670	2.6
15	月	牛乳	米飯 サバの味噌煮 小松菜の煮びたし けんちん汁	648	1.7
16	火	牛乳	米飯 郡上味噌けいちゃん 五目豆 すまし汁	642	2.1
17	水	牛乳	ソフト麺 きのこあん 大学芋 チンゲンサイのオイスターソース炒め	684	1.9
18	木	牛乳	麦飯 木の葉丼 シシャモのもみじ揚げ かきたま汁 みかん	685	1.8
19	金	牛乳	米粉コッペパン 【ふるさと食材の日】 ポークビーンズ オムレツ ほうれん草としめじのソテー ヨーグルト	714	3.3
22	月	牛乳	米飯 【味の旅ー山形県ー】 タラのたつた揚げ 菊花びたし 芋煮 りんごゼリー	637	1.6
24	水	牛乳	一食うどん 卵とじうどん イカのあられ揚げ 切り干し大根のじゃこ煮	637	2.0
25	木	牛乳	麦飯 サケのさつまいも入りきのこあんかけ 大根と角麩の煮物 筏師汁	666	1.8
26	金	牛乳	黒パン ミートボールのケチャップ煮 コーンキャベツ 大根としめじのスープ	644	3.1
29	月	牛乳	米飯 関東煮 レバーの煮つけ 柚子の香りあえ	592	1.8
30	火	牛乳	米飯 サンマのかば焼き おかかあえ 大根の岐福味噌汁	651	1.8

(令和3年度)

- ◇米は岐阜県産を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。
- ◇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。