

## 12月学校給食献立表(厚見小学校)

給食日数 小 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	木	牛乳	麦飯 <small>※かんとうに きんときまめ あまに ※</small> 関東煮 金時豆の甘煮 じゃこのおひたし のりの佃煮 <small>つくだに</small>	594	2.0
2	金	牛乳	黒パン <small>※</small> ビーンズシチュー オムレツ <small>※やさい</small> 野菜のソテー	659	2.6
5	月	牛乳	米飯 <small>※わふう</small> 和風おろしハンバーグ <small>※</small> じゃがいものきんぴら <small>※ぎふみそしる</small> 岐福味噌汁	654	2.1
6	火	牛乳	米飯 <small>あつや たまご ※こまつな に</small> 厚焼き卵 小松菜とツナの煮びたし 岐阜具だくさん豚汁 <small>※なっとう</small> 納豆	647	2.2
7	水	牛乳	一食中華麵 <small>※やさい</small> 野菜ラーメン ギョーザ <small>※きりほ だいこん</small> 切り干し大根のオイスターソース炒め ゼリー	586	2.5
8	木	牛乳	麦飯 <small>さけ</small> 鮭ごはん <small>※</small> ひじきと大豆の煮物 <small>※</small> すまし汁 <small>※</small> みかん	616	2.0
9	金	牛乳	米飯 <small>しよくざい ひ</small> 【ふるさと食材の日】 <small>※</small> すき焼き <small>※あ だいず ※</small> 揚げ大豆 <small>※</small> ほうれん草の煮びたし 	663	1.5
12	月	牛乳	米飯 <small>あじ たび えひめけん</small> 【味の旅—愛媛県—】 <small>※</small> せんざんき <small>てん あおな に</small> じゃこ天と青菜の煮びたし <small>※</small> いもだき 	699	1.7
13	火	牛乳	米飯 <small>※こうやどうふ たまご ※はくさい</small> 高野豆腐の卵とじ <small>※</small> 白菜のおかかあえ <small>※</small> のっぺい汁 <small>※</small> ゼリー	601	2.1
14	水	牛乳	麦飯 <small>しよくざい ひ</small> 【ふるさと食材の日】 <small>※だいずい</small> 大豆入りツナごはん <small>※にく</small> 肉じゃが <small>※ぎふみそしる</small> 岐福味噌汁 	647	2.0
15	木	牛乳	麦飯 <small>あ</small> ハタハタのから揚げ <small>※</small> 煮なます <small>※</small> きりたんぼ鍋 <small>なべ</small>	643	1.7
16	金	牛乳	食パン <small>※</small> ミートボールのケチャップ煮 <small>※</small> ほうれん草のソテー <small>※</small> かぶと白菜のスープ <small>はくさい</small> ジャム	602	2.9
19	月	牛乳	米飯 <small>に ※</small> エビのチリソース煮 <small>ちゅうかい</small> じゃがいもの中華炒め <small>※とうふ</small> 豆腐のスープ	572	2.2
20	火	牛乳	米飯 <small>※</small> サバのたたき揚げ <small>あ ※だいこん あつあ に</small> 大根と厚揚げの煮もの <small>※</small> かきたま汁 <small>※</small> みかん	700	1.7
21	水	牛乳	一食うどん <small>※</small> けんちんうどん <small>レバーとこんにやくの煮つけ</small> <small>※</small> ごまあえ <small>いも</small> 芋けんぴ入り小魚 <small>い こさかな</small>	516	1.7
22	木	牛乳	麦飯 <small>※</small> かぼちゃコロッセ <small>※</small> ゆずの香りあえ <small>※う こ</small> 打ち込み汁 <small>※</small>	638	2.2
23	金	牛乳	コッペパン <small>てばもと て に</small> 手羽元の照り煮 <small>※</small> コーンキャベツ <small>※</small> ほうれん草のクリームスープ <small>※</small> デザート	666	3.0
26	月	牛乳	米飯 <small>※</small> シーフードカレー <small>※</small> ひじきサラダ <small>だいず こさかな</small> 大豆と小魚	655	2.1

(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。