

3 月学校給食献立表(梅林小)

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	月	牛乳	米飯	※ちらしごはん サワラの照り焼き ※すまし汁 三色団子	700	1.8
2	火	牛乳	米飯	※サバの煮つけ ※キャベツのごま酢あえ ※ぎふみそしる 岐福味噌汁	640	2.0
3	水	牛乳	麦飯	チキンライス ポテトオムレツ ※キャベツのスープ チーズ	625	2.2
4	木	牛乳	米粉コッペパン	アサリのチャウダー ※フライビーンズ ※カラフルサラダ	654	3.0
5	金	牛乳	米飯	イカのてり煮 ※じゃがいものそぼろ煮 ※いなかじる 田舎汁 ひじきの佃煮	615	2.6
8	月	牛乳	米飯	※こうや豆腐の卵とじ ※たまご おひたし ※みそしる 味噌汁 ゼリー	641	2.3
9	火	牛乳	食パン	※ポークビーンズ ※野菜のソテー フルーツ盛り合わせ ※ジャム	695	2.5
10	水	牛乳	ソフト麺	※にくみそ 肉味噌 ※じゃがいものから揚げ ※おかかあえ 小魚	695	2.1
11	木	牛乳	麦飯	※とりく 鶏肉と大豆の煮物 ※だいず にももの 塩麹きんぴら ※かきたま汁	652	1.9
12	金	牛乳	米飯	※いそべあ シヤモの磯辺揚げ ※ごもくまめ ※みそしる 五目豆 キャベツの味噌汁	633	2.0
15	月	牛乳	米飯	【ふるさと食材の日】 ※ぶたにく みそいた 豚肉の味噌炒め ※きぼ だいこん 切り干し大根の煮つけ ※すまし汁	618	1.8
16	火	牛乳	バンズパン	ハンバーグのソースかけ ボイルキャベツ チンゲンサイのクリーム煮	624	2.6
17	水	牛乳	麦飯	※すぶた 酢豚 ※かいそう 海藻サラダ ※とうふ 豆腐のスープ	639	2.2
18	木	牛乳	麦飯	【ふるさと食材の日】 ※ひじきごはん 飛騨牛コロッケ ※けんちん汁	648	1.6
19	金	牛乳	一食中華麺	※ラーメン 春巻 ※こうみ 香味あえ	648	2.5
22	月	牛乳	米飯	※カレーライス ※コールスローサラダ フルーツミックス	694	2.1
23	火	牛乳	米飯	【味の旅—青森県—】 ※あじ たび あおもりけん マグロのたつた揚げ ねりこみ ※せんべい汁 りんごゼリー	682	1.9
24	水	牛乳	麦飯	※サケのおろしだれ 筑前煮 ※しんじょ汁 お祝いデザート	728	2.0

(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。