

## 6 月学校給食献立表(梅林小)

給食日数 小 22 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	火	牛乳	米飯	※タッカルビ ナムル ならたまスープ	603	2.2
2	水	牛乳	麦飯	※だいずい 大豆入りツナごはん あつや たまご ※ 厚焼き卵 キャベツのみそ汁	662	2.2
3	木	牛乳	麦飯	イワシの梅煮 じゃがいものきんぴら しんじょ汁 かみかみ豆	625	2.4
4	金	牛乳	一食中華麺	※やさい 野菜ラーメン かりポリ煮干し じゃがいものオイスターソース炒め	550	2.6
7	月	牛乳	米飯	※とりく 鶏肉と大豆の煮物 ※ ほうれん草のおかかあえ ※ましじり すまし汁	583	1.4
8	火	牛乳	コッペパン	※とりく 鶏肉のトマト煮 ※ ポテトスープ ※ キャベツのソテー	618	2.8
9	水	牛乳	麦飯	※ぎゅうどん 牛丼 ※ きんときまめ 金時豆の甘煮 ※ぎふみそしり 岐福味噌汁	632	1.8
10	木	牛乳	麦飯	※あ 揚げだし豆腐 ※ どうふ じゃがいもの煮つけ ※ましじり すまし汁	624	1.5
11	金	牛乳	米飯	※すぶた 酢豚 ※ だんご エビ団子のスープ ※ あんにんどうふ 杏仁豆腐	713	2.4
14	月	牛乳	米飯	※こうやどうふ 高野豆腐の卵とじ たまご ※こまつな 小松菜のごまあえ ※ぎふそうでんみそしり 岐福早田味噌汁 ※れいとう 冷凍みかん	629	2.1
15	火	牛乳	米粉食パン	【ふるさと食材の日】 ※ ポークビーンズ ※ オムレツ ※かいそう 海藻サラダ ※ ジャム 	689	3.0
16	水	牛乳	麦飯	※ ひじきごはん ※ アユのお茶揚げ ※ なすのみそしり なすの味噌汁 ※れいとう 冷凍りんご	665	1.8
17	木	牛乳	ソフト麺	※ちゅうか 中華あんかけ ※ エビのから揚げ ※ チンゲンサイの炒め物	657	1.9
18	金	牛乳	米飯	※ なんぼんづ アジの南蛮漬け ※ キャベツのしょうが醤油あえ ※じょうゆ しょうゆ ※ かみなり汁 アサリの佃煮	617	2.1
21	月	牛乳	米飯	※えだまめ 枝豆コロッケ ※き ぼ 切り干し大根の煮つけ ※みそしり 味噌汁	658	2.0
22	火	牛乳	米飯	※ こうみ あ ホキの香味揚げ ※えだまめ 枝豆の塩ゆで ※ごもくじり 五目汁 ※ ふりかけ	625	1.9
23	水	牛乳	麦飯	※ ビビンバ丼 わかめスープ ※ どんぶり フルーツの盛り合わせ	640	1.9
24	木	牛乳	麦飯	【ふるさと食材の日】 ※ぶたにく みそいた 豚肉の味噌炒め ※ごもくじり 五目豆 ※ましじり すまし汁 	608	2.4
25	金	牛乳	一食うどん	※ かやくうどん ※ かき揚げ ※ あ 大根とツナの煮物 ※だいこん にもの	583	1.6
28	月	牛乳	米飯	【味の旅ー福岡県ー】 ※ イワシの磯辺揚げ ※ いそべ あ がめ煮 ※ に だご汁 ※ましじり ゼリー 	707	1.6
29	火	牛乳	ナン	※ キーマカレー ※ グリーンポテト ※ キャベツのスープ ※ フローズンヨーグルト	586	2.8
30	水	牛乳	麦飯	※あつあ 厚揚げのみそかけ ※ キャベツの煮びたし ※ ふ 麩のかきたま汁	594	1.7

(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。