

11月学校給食献立表(梅林小)

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	※わふう 和風おろしハンバーグ ※きといも 里芋のごまあえ ※かすじる 粕汁	680	2.2
2	火	牛乳	胚芽パン	【味の旅—スロバキア—】 ブラウチョヴィー・レゼニュー(ポークカツレツ) グラナディエルスキー・ポホド(じゃがいものソテー) ※ セレニノヴァー・ポリエウカ(野菜スープ) ジャム	670	2.6
4	木	牛乳	一食うどん	※たまご 卵とじうどん イカのあられ揚げ ※き ぼ だいこん 切り干し大根のじゃこ煮	637	2.0
5	金	牛乳	米飯	※ エビのナッツ炒め ※ いた ワンタンスープ ※ ちゅうか 中華あえ	633	2.3
8	月	牛乳	米飯	※ いわし 伊ワシの紀州煮 ※ はくさい 白菜のピーナッツあえ ※ いもの じる いものこ汁 かみかみ豆	614	2.0
9	火	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 ※ だいこん 大根としめじのスープ	644	3.1
10	水	牛乳	麦飯	※ ツナライス ※ ぽとふ ※ いとかんてん 糸寒天サラダ	621	2.0
11	木	牛乳	麦飯	※ こうや豆腐 高野豆腐入り酢豚 ※ すふた わかめスープ ※ とうにゅうあん 豆乳杏仁豆腐	678	2.5
12	金	牛乳	米飯	※ サンマのかば焼き ※ おかかあえ ※ だいこん 大根の岐福味噌汁	651	1.8
15	月	牛乳	米飯	※ さばの 鯖の味噌煮 ※ こまつな 小松菜の煮びたし ※ けんちん 汁	648	1.7
16	火	牛乳	米粉コッペパン	【ふるさと食材の日】 ※ ホークビーンズ ※ 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
17	水	牛乳	麦飯	※ こ 木の葉丼 ※ はどん シンジャモのもみじ揚げ ※ かきたま 汁 ※ みかん	685	1.8
18	木	牛乳	麦飯	※ ぐじょうみそ 郡上味噌けいちゃん ※ ごもくめ 五目豆 ※ すまし 汁	642	2.1
19	金	牛乳	ソフト麺	※ き のこあん 大学芋 ※ テンゲンサイのオイスターソース炒め	684	1.9
22	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 ※ ぎふみそ 岐福味噌汁	676	2.0
24	水	牛乳	麦飯	※ サケのさつまいも入りきのこあんかけ ※ だいこん 大根と角麩の煮物 ※ いかに 佃師汁	666	1.8
25	木	牛乳	麦飯	※ ハヤシライス ※ こまつな 小松菜のソテー ※ フルーツの盛り合わせ	676	1.5
26	金	牛乳	米飯	※ かんとうに 関東煮 ※ レバーの煮つけ ※ ゆず 柚子の香りあえ	592	1.8
29	月	牛乳	米飯	【味の旅—山形県—】 ※ タラの たつた揚げ ※ 菊花びたし ※ いもに 芋煮 ※ りんごゼリー	637	1.6
30	火	牛乳	コッペパン	※ カレーシチュー ※ フライビーンズ ※ だいこん 大根サラダ	690	2.9

(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。