

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	火	牛乳	食パン ※ロケット キャベツのソテー フルーツ盛り合わせ ジャム	646	2.2
2	水	牛乳	麦飯 ※ハヤシライス ※まめ 豆のマリネ ※ほうれん草のソテー ゼリー	699	1.8
4	金	牛乳	米飯 【味の旅—新潟県—】 ※サケの揚げびたし ずいきのきんぴら ※こがねじる 黄金汁 	624	1.7
7	月	牛乳	米飯 ソフトカレイのたつた揚げ もやしと海藻の塩こうじあえ ※あき こんさい 秋の根菜あつたか汁	577	1.3
8	火	牛乳	レーズンパン ※カレーフライドチキン ※まめ 豆とれんこんのサラダ ※だいこん 大根としめじのスープ	639	2.7
9	水	牛乳	麦飯 ※こ はどん ごもくあつや たまご ※かすじる 木の葉丼 五目厚焼き卵 粕汁 みかん	685	2.1
10	木	牛乳	一食うどん ※たまご 卵とじうどん ※ちくわの天ぷら ※ごもくまめ 五目豆	655	2.6
11	金	牛乳	米飯 ※ふたにく みそいた ※さといも に ※こがね 豚肉の味噌炒め 里芋とイカの煮つけ ぎのこ汁	583	1.8
14	月	牛乳	米飯 イワシの紀州煮 高野豆腐の煮物 ※たまご とうもろこし とうもろこしと卵のすまし汁 みかん	626	2.0
15	火	牛乳	米粉コッペンパン 【ふるさと食材の日】 ※ポークビーンズ ※オムレツ ※こまつな 小松菜のソテー  ※ヨーグルト	675	3.0
16	水	牛乳	麦飯 ※ふきよせごはん シンシャモのみみじ揚げ ※ぎふみそ ぎふみそ汁	626	1.7
17	木	牛乳	麦飯 【ふるさと食材の日】 ※だいず とりにく にもの ※ぎふそうでんみそ 大豆と鶏肉の煮物 ※ごまあえ 岐福早田味噌汁 	610	1.6
18	金	牛乳	ソフト麺 ※きのこあん さつまいもチップス ※チンゲンサイの炒め物	658	1.8
21	月	牛乳	米飯 ※ふたにく 豚肉のあんからめ ※こまつな 小松菜のゆず味噌あえ ※こがね ぎのこ汁	699	1.8
22	火	牛乳	食パン ※キーマカレー グリーンポテト ※はくさい 白菜のスープ	603	3.1
24	木	牛乳	麦飯 ※タラのさつまいも入りきのこあんかけ ※だいこん かくふ にもの 大根と角麩の煮物 ※いかだし じゃ じゃ じゃ 味噌汁 抹茶プリン	680	1.8
25	金	牛乳	米飯 ※サバの味噌煮 ※ひじきの炒め煮 ※けんちん汁 みかん	643	1.9
28	月	牛乳	米飯 イカのあられ揚げ ※きぼ 切り干し大根のごまよごし ※こがね 眞汁	618	1.6
29	火	牛乳	米飯 ※まーぼー豆腐 だいごいも 麻婆豆腐 大学芋 ※らーばーつおい 辣白菜	666	1.9
30	水	牛乳	麦飯 ツナライス キャベツのカレーソテー ※アサリのチャウダー	657	1.9

(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。