

# 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	水	牛乳	麦飯	ツナライス ※ まめまめポテト ※はくさい 白菜スープ ゼリー	603	1.8
2	木	牛乳	赤飯	※ サケのさつまいも入りきのこあんかけ ※だいこん かくふ にももの ※いかしじる 筏師汁	688	1.7
6	月	牛乳	米飯	【味の旅—大阪府—】 ※ サバの煮つけ 河内のっぺ ※こまつな た 	614	1.8
7	火	牛乳	黒パン	※ 野菜コロッケ ポトフ ※ ひじきサラダ	663	2.1
8	水	牛乳	一食うどん	※たまご 卵とじうどん さつまいもチップス ※だいこん にももの 煮物	585	1.8
9	木	牛乳	麦飯	ハヤシライス ※こまつな 小松菜のソテー フルーツ盛り合わせ	619	1.7
10	金	牛乳	米飯	※まいぼ—どうふ あま 麻婆豆腐 甘エビのから揚げ ※ら—ば—つあい 辣白菜	612	2.1
13	月	牛乳	米飯	※ アジの甘だれ ※はくさい だいず ※ いものこ汁 みかん	604	1.6
14	火	牛乳	米粉コッペパン	※ ボークビーンズ オムレツ ※ 野菜のソテー ※ ヨーグルト	616	2.7
15	水	牛乳	麦飯	※ ふきよせごはん ※ シシャモのみみじ揚げ ※ぎふみそしる りんご	614	1.6
16	木	牛乳	麦飯	【ふるさと食材の日】 ※ぐじょうみそ 郡上味噌けいちゃん ※ごもくまめ ※ たまご 五目豆 うずら卵のすまし汁 	625	2.2
17	金	牛乳	ソフト麺	※ きのこあん 大学芋 ※あつあ 厚揚げのオイスターソース炒め	674	2.3
20	月	牛乳	米飯	※こうやどうふい すぶた ※ 高野豆腐入り酢豚 チンゲンサイの炒め物 にらたまスープ	587	2.5
21	火	牛乳	小型パン	※や 焼きそば ※き ぼ だいこん ちゅうかいた とうにゅうあんにんどうふ 切り干し大根の中華炒め 豆乳杏仁豆腐	587	3.0
22	水	牛乳	麦飯	【ふるさと食材の日】 ※ぶたにく 豚肉のあんからめ ※はくさい ゆ ず か 白菜の柚子香あえ ※みそ じる 味噌けんちん汁 	697	1.9
24	金	牛乳	米飯	イワシの紀州煮 ※ じゃがいものきんぴら ※ じる こぶ汁 みかん	589	1.9
27	月	牛乳	米飯	※わふう 和風おろしハンバーグ ※ さといものごまあえ ※かすじる 粕汁	656	2.2
28	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	605	2.8
29	水	牛乳	麦飯	※かんどうに 関東煮 レバーの煮つけ ※き ぼ だいこん 切り干し大根のおかかあえ ふりかけ	586	2.2
30	木	牛乳	麦飯	とり 鶏そぼろ丼 ※ イカのかりん揚げ ※ 具だくさん味噌汁 みかん	670	2.0

(令和5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。