令和5年度11月給食献立表

☆毎月19日は「食育の日」です。

岐阜市立市橋小学校

月	火	水	木	金
11月 いちはし しょうがっこう	てっちゃん 鉄分(てつぶん)が多いこんだての日 せんいくん 食物(しょくもつ)せんいが多いこんだての日 わしょっくん (にほんがたしょくじ)「日本型食事」の日	ひじきサラダ やさいコロッケ くろパン ポトフ 1日 エネルギー 663 キロカロリー 塩分 2.1 g	だいこんとかくふのにもの サケのさつまいもいりきのこあんかけ せきはん いかだしじる 2日 エネルギー 688 キロカロリー 塩分 1.7 g	ぶんかのひ 3日
こまつなのたいたん サバのにつけ かわちのっぺ 6日 エネルギー 614 キロカロリー 塩分 1.8 g	きりぼしだいこんのおかかあえ レバーのにつけ ふりかけ かんとうに 7日 エネルギー 586 キロカロリー 塩分 2.2 g	ラーパーツァイ あまエビのからあげ (むぎいり) まーぼーどうふ 8日 エネルギー 612 キロカロリー 塩分 2.1 g	とりそぼろどんぶり いりたまご イカのかりんあげ みかん (むぎいり) ぐだくさんみそしる 9日 エネルギー 670 キロカロリー 塩分 2.0 g	だいこんサラダ フライビーンズ コッペパン カレーシチュー 10日 エネルギー 605 キロカロリー 塩分 2.8 g
ふきよせごはん シシャモのもみじあげ りんご 岐福(ぎふ)みそしる 13日 エネルギー 614 キロカロリー 塩分 1.6 g	ごもくまめ ぐじょうみそけいちゃん うずらたまごのすましじる 14日 エネルギー 625 キロカロリー 塩分 2.2 g	あつあげのオイスターソースいため だいがくいも ソフトめん きのこあん 15日 エネルギー 674 キロカロリー 塩分 2.3 g	はくさいのだいずあえ アジのあまだれ みかん (むぎいり) いものこじる 16日 エネルギー 604 キロカロリー 塩分 1.6 g	やさいのソテー オムレツ ヨーグルト こめこコッペパン ポークビーンズ 17日 エネルギー 616 キロカロリー 塩分 2.7 g
チンゲンサイのいためもの こうやどうふいりすぶた にらたまスープ 20日 エネルギー 587 キロカロリー 塩分 2.5 g	まめまめポテト ツナライス ゼリー はくさいスープ 21日 エネルギー 603 キロカロリー 塩分 1.8 g	じゃがいものきんぴら イワシのきしゅうに みかん (むぎいり) こぶじる 22日 エネルギー 589 キロカロリー 塩分 1.9 g	きんろう かんしゃのひ 23日	とうにゅうあんにんどうふ きりぼしだいこんのちゅうかいため こがたパン やきそば 24日 エネルギー 587 キロカロリー 塩分 3.0 g
はくさいのゆずかあえ ぶたにくのあんからめ みそけんちんじる 27日 エネルギー 697 キロカロリー 塩分 1.9 g	さといものごまあえ わふうおろしハンバーグ かすじる 28日 エネルギー 656 キロカロリー 塩分 2.2 g	だいこんとツナのにもの さつまいもチップス いっしょくうどん たまごとじうどん 29日 エネルギー 585 キロカロリー 塩分 1.8 g	フルーツもりあわせ こまつなのソテー (むぎいり) ハヤシライス 30日 エネルギー 619 キロカロリー 塩分 1.7 g	あじのたび こんげつは『おおさかふ』

◆米は岐阜県産を100%、パン・ソフト麺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、ソフト麺、牛乳は岐阜県内で製造しています。

◆『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。
◆給食の赤味噌は、岐阜県産大豆から作られた「岐福味噌(ぎふみそ)」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。

◆『ふるさと食材の日』は、すべての料理に岐阜県産の食材を使用しています。
◆主な食材の産地は、岐阜市のホームページに掲載してあります。
◆給食用食材の放射性物質検査を行っており、結果は食品衛生課のホームページに掲載しています。