

11月



学校給食献立表



岐阜市立鏡島小学校

日	曜	🦎	🧡	🚄	こ	ん	だ	て	名	🍲	🍷	🥬	エネルギー kcal	塩分 g
1	水	牛乳	黒パン	🥬	野菜コロッケ	ポトフ	🥗	ひじき	サラダ				663	2.1
2	木	牛乳	赤飯	🍲	サケのさつまいも	入りきのこ	あんかけ	🥕	大根と角麩の煮物	🍷	🍷	🍷	688	1.7
6	月	牛乳	米飯	🚄	【味の旅一大阪府一】	サバの煮つけ	河内のっぺ	小松菜の炊いたん			🚄		614	1.8
7	火	牛乳	米飯	🍲	関東煮	レバーの煮つけ	切り干し大根	のおかかあえ	ふりかけ	🧡			586	2.2
8	水	牛乳	麦飯	🍲	麻婆豆腐	甘エビのから揚げ	辣白菜						612	2.1
9	木	牛乳	麦飯	🍲	鶏そぼろ	丼	イカのかりん揚げ	真だくさん	味噌汁	🍷			670	2.0
10	金	牛乳	コッペパン	🍲	カレーシチュー	フライビーンズ	大根	サラダ			🥬		605	2.8
13	月	牛乳	米飯	🍲	ふきよせごはん	シシャモのもみじ揚げ	岐福味噌汁	りんご					614	1.6
14	火	牛乳	米飯	🍲	【ふるさと食材の日】	郡上味噌	けいちゃん	五目豆	うずら卵のすまし汁		🦎		625	2.2
15	水	牛乳	ソフト麺	🍲	さのこあん	大学芋	厚揚げのオイスターソース炒め			🧡			674	2.3
16	木	牛乳	麦飯	🍲	アジの甘だれ	白菜の大豆あえ	いものこ汁	みかん		🍲			604	1.6
17	金	牛乳	米粉コッペパン	🍲	ポークビーンズ	オムレツ	野菜のソテー	ヨーグルト					616	2.7
20	月	牛乳	米飯	🍲	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	米飯	🍲	ツナライス	まめまめポテト	白菜スープ	ゼリー					603	1.8
22	水	牛乳	麦飯	🍲	イワシの紀州煮	じゃがいものきんぴら	こぶ汁	みかん		🍲			589	1.9
24	金	牛乳	小型パン	🍲	焼きそば	切り干し大根の中華炒め	豆乳杏仁豆腐			🥬			587	3.0
27	月	牛乳	米飯	🍲	【ふるさと食材の日】	豚肉のあんからめ	白菜の柚子香あえ	味噌けんちん汁		🦎			697	1.9
28	火	牛乳	米飯	🍲	和風おろしハンバーグ	さといものごまあえ	粕汁						656	2.2
29	水	牛乳	一食うどん	🍲	卵とじうどん	さつまいもチップス	大根とツナの煮物						585	1.8
30	木	牛乳	麦飯	🍲	ハヤシライス	小松菜のソテー	フルーツ盛り合わせ						619	1.7

(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。