

# 9月



## 加納中学校

◇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。(令和3年度)

粉ふきいも

※アジのマリネ

3日

エネルギー 815kcal 塩分 3.4g

※角麩の煮つけ

※アユの天ぷら

6日

※うち豆汁

エネルギー 853kcal 塩分 2.3g

フルーツの盛り合わせ

野菜のソテー

7日

※鶏肉のケジュヌ

エネルギー 814kcal 塩分 1.0g

※中華あえ

シウマイ

8日

※ジャージャー麺

エネルギー 828kcal 塩分 3.2g

※枝豆の塩ゆで

※ドライカレー

9日

※トマトと卵のスープ

エネルギー 877kcal 塩分 1.6g

ポイルキャベツ

煮込みハンバーグ

10日

貝柱のクリームスープ

エネルギー 796kcal 塩分 3.1g

※ごまあえ

※鶏肉の野菜炒め

13日

※えびしんじょ汁

エネルギー 753kcal 塩分 2.4g

※大根の甘酢漬け

※青椒肉絲

14日

※にらたまスープ

エネルギー 760kcal 塩分 2.2g

※いり飯

鶏肉の佐那河内揚げ

15日

※さつまいもの味噌汁

エネルギー 870kcal 塩分 2.8g

※ひじきと大豆の煮物

いり卵

16日

※岐福(ぎふ)味噌汁

エネルギー 874kcal 塩分 2.5g

※小松菜のソテー

オムレツ

17日

※ポークビーンズ

エネルギー 808kcal 塩分 3.5g

**敬老の日**

20日

エネルギー 851kcal 塩分 2.2g

※里芋の煮つけ

サンマの塩焼き

21日

※きのこ汁

エネルギー 851kcal 塩分 2.2g

フルーツポンチ

※きのこスパゲティ

22日

ポテトスープ

エネルギー 745kcal 塩分 2.7g

**秋分の日**

23日

エネルギー 838kcal 塩分 2.0g

※大根と厚揚げの煮物

※鶏つくねの香味味噌

24日

※すまし汁

エネルギー 838kcal 塩分 2.0g

※キャベツの生姜醤油あえ

※豚肉のあんからめ

27日

※岐福(ぎふ)早田味噌汁

エネルギー 868kcal 塩分 2.4g

じゃがいものきんぴら

カツオの煮つけ

28日

※かきたま汁

エネルギー 771kcal 塩分 2.3g

※五目豆

大学芋

29日

※きのこうどん

エネルギー 805kcal 塩分 2.7g

筑前煮

黒ごま

30日

※湯葉のすまし汁

エネルギー 872kcal 塩分 1.9g

**9月1日は「防災の日」**

9月1日は関東大震災が発生した日です。また、この時期は台風が多発します。日ごろから、いざという時の備えをしたり、避難時の行動を家族と相談して決めておいたりしましょう。