

# 1月

加納中学校



1/24~28は  
岐阜市  
学校給食週間

24日 学校給食の歴史を振り返る献立  
25日 味の旅「茨城県」  
26日 ふるさと食材の日  
(和食の良さを知る献立)  
27日 ふるさと食材の日  
28日 友好姉妹都市 イタリアの料理

※小松菜のソテー

大豆と小魚

※カレーライス

7日  
エネルギー 858kcal 塩分 2.4g

**成人の日**

10日

白玉ぜんざい

カミカミごはん 厚焼き卵

※石狩汁

11日  
エネルギー 847kcal 塩分 2.5g

フルーツヨーグルト

アサリのスパゲティ

クロワッサン ポトフ

12日  
エネルギー 755kcal 塩分 2.8g

※麻婆豆腐

ギョウザ

みかん

(麦入り) ※卵コーンスープ

13日  
エネルギー 873kcal 塩分 2.5g

ポイルキャベツ

ハンバーグのデミグラスソース

ゼリー

※白菜のクリームスープ

14日  
エネルギー 854kcal 塩分 3.3g

※小松菜と干し柿のおひたし

※ワカサギの天ぷら

のりの佃煮

※粕汁

17日  
エネルギー 754kcal 塩分 2.3g

エビシュウマイ

※ビビンパ丼

わかめスープ

18日  
エネルギー 811kcal 塩分 3.0g

コーンキャベツ

さつまいもチップス

ソフト麺

※ミートソース

19日  
エネルギー 910kcal 塩分 2.7g

※五平もち風さといも

※小イワシのから揚げ

(麦入り) ※エビしんじょ汁

20日  
エネルギー 797kcal 塩分 2.2g

※ほうれん草としめじのソテー

オムレツ

ミルメーク

※チキンピーンズ

21日  
エネルギー 879kcal 塩分 3.4g

野菜のうま煮

イワシの煮つけ

※すいとんの味噌汁

24日  
エネルギー 830kcal 塩分 2.4g

※れんこんの煮合い

※さつまいもと大豆の甘辛揚げ

茨城県

※ぬっぺ汁

25日  
エネルギー 765kcal 塩分 2.2g

※小松菜のごまあえ

※アユの枝豆あん

※南濃みかん

(麦入り) ※岐福(ぎふ)早田味噌汁

26日  
エネルギー 768kcal 塩分 1.8g

※かきまわし

※飛騨牛コロッケ

(麦入り) ※岐阜県具だくさん汁

27日  
エネルギー 862kcal 塩分 2.0g

イタリアンサラダ

鶏肉のマリナーソース

イタリア

※ペンネのクリーム煮

28日  
エネルギー 826kcal 塩分 3.7g

じゃがいものきんぴら

※サバの味噌煮

※かきたま汁

31日  
エネルギー 844kcal 塩分 2.4g

このマークは  
「ふるさと食材の日」  
全ての料理に 岐阜県産の  
食材が使われています。

毎月19日は  
「食育の日」  
食について  
考える日です。

◇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)