

成人の日



9日

フルーツ盛り合わせ

※ビビンバ丼

トックスープ

エネルギー 816kcal 塩分 2.3g

粉ふきいも

甘エビのから揚げ

※肉味噌

ソフト麺

エネルギー 852kcal 塩分 2.3g

ぜんざい

プリの照り焼き

※こぶ汁

(麦入り)

エネルギー 828kcal 塩分 1.5g

※ほうれん草とキャベツのソテー

煮込みハンバーグ

※コーンポタージュ

エネルギー 839kcal 塩分 3.8g

※切り干し大根のごまよごし

※鶏肉のオランダ煮

※すまし汁

エネルギー 780kcal 塩分 1.9g

※炒めなます

※イカのあられ揚げ

※さつま汁

エネルギー 784kcal 塩分 2.3g

フルーツ白玉

※スパゲティナポリタン

クロワッサン

ポトフ

エネルギー 810kcal 塩分 3.4g

くきわかめの炒め煮

親子丼

※石狩汁

(麦入り)

エネルギー 784kcal 塩分 2.8g

※カラフルサラダ

※フライビーンズ

米粉コッペパン

クリームシチュー

エネルギー 881kcal 塩分 4.4g

※浦上そば

※長崎天ぷら

※具雑煮

エネルギー 787kcal 塩分 1.8g

※白菜のじゃこんぶあえ

※サケの和風柚子バターソース

※岐北づくしの味噌汁

エネルギー 814kcal 塩分 1.8g

※野菜の塩炒め

※東坡肉(トンポーロウ)

※筍と豆苗の卵スープ

エネルギー 852kcal 塩分 2.0g

※金魚めし

※鶏肉と大豆の煮物

※円空さといもの味噌汁

エネルギー 802kcal 塩分 2.0g

桃の缶詰

フレンチサラダ

コッペパン

カレーシチュー

エネルギー 784kcal 塩分 3.8g

※チンゲンサイの炒め物

※韓国風肉じゃが

※白菜と肉団子のスープ

エネルギー 786kcal 塩分 2.2g

※小松菜と干し柿のおひたし

※サバの味噌煮

※田舎汁

エネルギー 769kcal 塩分 2.2g

**1/23~27は
岐阜市
学校給食週間**

23日 味の旅「長崎県」
24日 中学生学校給食選手権 岐北中学校生徒考案の献立
25日 友好都市 中国杭州市の料理
26日 ふるさと食材の日
27日 昭和40~50年代の給食

1月

加納中学校

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。

鉄分が多い献立の日

食物せんいが
多い献立の日

「日本型食事」の日

あじのたび

今月は「長崎県」です。

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。(令和4年度)