

# 11 月学校給食献立表(華陽小)

給食日数 小 19 日

岐阜市教育委員会

| 日  | 曜 | こ ん だ て 名 |        | エネルギー kcal  | 塩分 g |     |
|----|---|-----------|--------|---|------|-----|
| 2  | 月 | 牛乳        | 米飯     | 郡上味噌けいちゃん ※ だいこん いた に ※ じる  | 579  | 2.0 |
| 4  | 水 | 牛乳        | 麦飯     | さんしよく 三色ごはん イカのあられ揚げ ※ ぎふみそしる   | 659  | 2.0 |
| 5  | 木 | 牛乳        | 小型パン   | ※ や 焼きビーフン ※ あ 揚げ大豆 ※   | 561  | 2.3 |
| 6  | 金 | 牛乳        | 米飯     | サバの塩焼き ※ ごもく 五目きんぴら ※ じゃがいもの味噌汁                                       | 672  | 2.3 |
| 9  | 月 | 牛乳        | 米飯     | レバーの煮つけ ※ しょうがみそ 生姜味噌おでん ※ おかかあえ みかん                                  | 599  | 2.1 |
| 10 | 火 | 牛乳        | パンズパン  | 煮込みハンバーグ ボイルキャベツ<br>チンゲンサイのクリームスープ                                    | 597  | 2.6 |
| 11 | 水 | 牛乳        | 麦飯     | ※ ひだぎゅう 飛騨牛のハヤシライス ※ だいこん 大根サラダ フルーツ盛り合わせ                             | 723  | 1.6 |
| 12 | 木 | 牛乳        | 麦飯     | 【ふるさと食材の日】<br>※ ニジマスの天ぷら ※ こまつな に 小松菜の煮びたし<br>※ みそ 味噌けんちん汁            | 644  | 1.3 |
| 13 | 金 | 牛乳        | 米飯     | 【ふるさと食材の日】<br>※ あつあ 厚揚げの味噌かけ ※ みそ 味噌 ※ じる 煮 ごまあえ すまし汁                 | 623  | 1.6 |
| 16 | 月 | 牛乳        | 米飯     | ※ だいず とりにく にもの ※ き ほ だいこん 大豆と鶏肉の煮物 切り干し大根のごまよごし<br>※ いものこ汁            | 614  | 1.4 |
| 17 | 火 | 牛乳        | コッペパン  | ※ ポークビーンズ ※ オムレツ ※ こまつな 小松菜としめじのソテー                                   | 643  | 3.0 |
| 18 | 水 | 牛乳        | 麦飯     | ※ ふきよせごはん ※ シヤモのみみじ揚げ ※ ぎふみそしる 岐福味噌汁                                  | 638  | 1.7 |
| 19 | 木 | 牛乳        | 麦飯     | 【味の旅—和歌山県—】<br>あじ たび わかやまけん イワシの紀州煮 ※ こうやどうふ にもの ※ ゆば 湯葉のかきたま汁<br>みかん | 653  | 2.3 |
| 20 | 金 | 牛乳        | ソフト麺   | ※ きのごあん だいがかいも 大学芋 ※ チンゲンサイのいたもの 炒め物                                  | 670  | 1.8 |
| 24 | 火 | 牛乳        | レーズンパン | ※ タンドリーチキン ※ れんこんと豆のサラダ<br>※ だいこん 大根としめじのスープ                          | 655  | 2.5 |
| 25 | 水 | 牛乳        | 麦飯     | ※ ツナライス ※ まめまめポテト ※ カレースープ ゼリー  | 642  | 1.9 |
| 26 | 木 | 牛乳        | 一食中華麺  | ※ ながさき 長崎ちゃんぽん ※ エビのから揚げ くきわかめのいたものに 炒め煮                              | 685  | 2.0 |
| 27 | 金 | 牛乳        | 米飯     | ※ くら とりてん ※ こまつな ほ がき 黒ごま鶏天 小松菜と干し柿のおひたし ※ ぎふこんさいじる 岐阜根菜汁             | 622  | 1.6 |
| 30 | 月 | お弁当の日     |        |   |      |     |

(令和2年度)

- ◇米は岐阜県産の『はつしも』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、学校保健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。