

# せいじんのひ

8日



鉄分(てつぶん)が多いこんだての日

食物(しょくもつ)せんいが多いこんだての日

(にほんがたしよくじ)「日本型食事」の日

ぜんざい

※いためなます

ふりかけ

10日

(むぎいり) エネルギー 663 kcal 塩分 1.3 g

※フルーツヨーグルト

※スパゲティナポリタン

11日

クロワッサン エネルギー 609 kcal 塩分 2.7 g

※こまつなのおかかあえ

※ワカサギのてんぷら

12日

エネルギー 641 kcal 塩分 1.6 g

このマークは「ふるさとしよくざいの日」すべてのこんだてにぎふけんさんのしよくざいがつかわれています。

※ほうれんそうのソテー

にこみハンバーグ

ミルメーク

16日

エネルギー 683 kcal 塩分 3.1 g

じゃがいものきんぴら

※サバのみそに

17日

(むぎいり) エネルギー 630 kcal 塩分 1.9 g

ラーバーツァイ

※ニシンのからあげ

18日

ソフトめん エネルギー 645 kcal 塩分 2.3 g

※かきまわし

※ひだぎゅうコロッケ

※なんのうみかん

19日

エネルギー 662 kcal 塩分 1.7 g

やさいのにつけ

サケのおやき のざわなづけ

22日

エネルギー 587 kcal 塩分 2.2 g

あじのたひ アメリカ シンシナティ

フレンチフライ

※シンシナティチリ

23日

エネルギー 639 kcal 塩分 3.1 g

あじのたひ ひだちほう

※きりぼしだいこんのハリハリづけ

24日

(むぎいり) エネルギー 664 kcal 塩分 1.6 g

※もやしのけずりぶしあえ

※アユのからあげ とくだねぎソース

25日

エネルギー 621 kcal 塩分 1.5 g

フルーツポンチ

ポテトサラダ

26日

エネルギー 699 kcal 塩分 2.1 g

コーンシューマイ

※はっぼうさい

29日

エネルギー 580 kcal 塩分 2.3 g

ブロッコリーのソテー

オムレツ

30日

エネルギー 623 kcal 塩分 3.1 g

※シナモンビーンズ

※ビビンバどんぶり

31日

エネルギー 620 kcal 塩分 1.7 g

◇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阜(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。

1/22~26は ぎふし がっこうきゅうしよくしゅうかん

- 22日 明治22年 給食開始当時の献立
- 23日 友好姉妹都市「アメリカ シンシナティ市の料理
- 24日 味の旅「岐阜県 飛騨地方」
- 25日 中学生学校給食選手権入賞献立 藍川北中学校の生徒が考えた献立
- 26日 昭和42年頃の給食



1月 かよう小