

3月 かよう小

◇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。



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**

**(にほんがたしょじ)
「日本型食事」の日**

※ちらしごはん きんしたまご
 サワラのさいきょうやき
 ※すまじる 1日
 エネルギー 633 kcal 塩分 2.0 g

フルーツもりあわせ
 ※かいそうサラダ
 ※カレーライス 4日
 エネルギー 644 kcal 塩分 2.0 g

※とうにゆうおから
 ※カツオのたつたあげ
 きよみオレンジ
 ※かきたまじる 5日
 エネルギー 655 kcal 塩分 1.5 g

※ポイルキャベツ
 にこみハンバーグ
 パンズパン アサリのチャウダー 6日
 エネルギー 626 kcal 塩分 2.7 g

※きりぼしだいこんのにつけ
 ※とりにくのかぼすだれ
 (むぎいり) ※りきゅうじる 7日
 エネルギー 662 kcal 塩分 2.0 g

あしのたむちばけん
 ※ちばのめぐみあえ
 ※イワシのかぼやき
 ※アサリのみそしる 8日
 エネルギー 632 kcal 塩分 2.0 g

※こまつなのおかかあえ
 ※サバのみそに
 かみかみだいず
 ※さわにわん 11日
 エネルギー 616 kcal 塩分 1.9 g

※やさいのソテー
 オムレツ
 ※ジャム
 こめこしょくパン ※ポークビーンズ 12日
 エネルギー 645 kcal 塩分 2.9 g

※じゃがいものそぼろに
 ※シシャモのおちやあげ
 (むぎいり) ※岐福(ぎふ)みそしる 13日
 エネルギー 610 kcal 塩分 1.6 g

※キャベツのごまずあえ
 ※あげだいず
 ソフトめん ※にくみそ 14日
 エネルギー 667 kcal 塩分 2.1 g

グリーンポテト
 チキンライス
 ヨーグルト
 ※カラフルスープ 15日
 エネルギー 624 kcal 塩分 1.9 g

※チンゲンサイのちゅうかあえ
 シューマイ
 ※まーぼーどうふ 18日
 エネルギー 611 kcal 塩分 2.1 g

※キャベツとツナのソテー
 ※ひだぎゅうコロッケ
 チーズ
 コッペパン やさいスープ 19日
 エネルギー 626 kcal 塩分 2.7 g

しゅんぶん ひ
春分の日
 20日

にんじんのしおこうじ いりたまご
 きんぴら
 マグロとたまごのごはん
 だいずいり
 こざかな
 (むぎいり) ※キャベツのみそしる 21日
 エネルギー 612 kcal 塩分 2.1 g

ちくぜんに おろしだれ
 ※トンカツのおろしかけ
 おいwait
 デザート
 ※おいwaitじる 22日
 エネルギー 738 kcal 塩分 1.9 g

ぞつぎょうしき 25日

このマークは
 ふるさとしょくざいの日。
 すべてのこんだてにぎふけんさんの
 しょくざいがつかわれています。
 しゅうりょうしき 26日

1年をふりかえってみよう
 3しょく すききらいなく たべ
 ることが できましたか?
 マナーをまもって しょくじをすることが
 できましたか?
 かんしゃの きもちをもつて
 しょくじを することが できましたか?
 いろいろなちいきのたべものや
 りょうりを することができました