

おかかあえ

ふたにくのしょうがやき

なすのみそしる

30日

エネルギー 617 kcal 塩分 2.0 g

ギョウザ

ちゅうかどんぶり

わかめスープ

31日

エネルギー 654 kcal 塩分 2.5 g

にくじゃが

ちくさやき

とうがんのカレーじる

1日

エネルギー 620 kcal 塩分 1.5 g

きりぼしだいごんのにつけ

うめぼし つくだに やきのり

岐福(ぎふ)みそしる

2日

エネルギー 568 kcal 塩分 2.8 g

だいごんのあますづけ

チンジャオロース

にらたまスープ

3日

エネルギー 595 kcal 塩分 1.8 g

こぶきいも

アジのマリネ

レーズパン

ミネストローネ

6日

エネルギー 660 kcal 塩分 2.6 g

ごまあえ

とりにくのやさしいため

えびしんじょじる

7日

エネルギー 602 kcal 塩分 1.9 g

えだまめのしおゆで

ドライカレー

トマトとたまごのスープ

8日

エネルギー 654 kcal 塩分 1.4 g

ちゅうかあえ

シュウマイ

いっしょくちゅうかめん ジャーチャーめん

9日

エネルギー 636 kcal 塩分 2.4 g

フルーツのもりあわせ

やさいのソテー

とりにくのケジュヌ

10日

エネルギー 659 kcal 塩分 1.0 g

ポイルキャベツ

にこみハンバーグ

とうにゅうデザート

パンズパン

かいばしらのクリームスープ

13日

エネルギー 659 kcal 塩分 2.7 g

かくふのにつけ

あゆのてんぷら

うちめじる

14日

エネルギー 678 kcal 塩分 1.8 g

ひじきとだいずのもの

いりたまご

サケごはん

岐福(ぎふ)みそしる

15日

エネルギー 642 kcal 塩分 2.1 g

ごもくまめ

だいがくいも

いっしょくうどん

きのこうどん

16日

エネルギー 606 kcal 塩分 2.0 g

だいごんとあつあけのもの

とりつくねのこうみそ

れいとうみかん

すましじる

17日

エネルギー 675 kcal 塩分 1.8 g

敬老の日

20日

さといものにつけ

サンマのしおやき

つきみだんご

きのこじる

21日

エネルギー 638 kcal 塩分 1.8 g

いりめし

とりにくのさなごうちあげ

さつまいものみそしる

22日

エネルギー 723 kcal 塩分 2.3 g

秋分の日

23日

エネルギー 665 kcal 塩分 2.9 g

こまつなのソテー

オムレツ

ジャム

こめこしょくパン

ポークビーンズ

24日

エネルギー 621 kcal 塩分 2.0 g

じゃがいものきんぴら

カツオのにつけ

れいとうみかん

かきたまじる

27日

エネルギー 621 kcal 塩分 2.0 g

キャベツのしょうがじょうゆあえ

ふたにくのあんからめ

岐福(ぎふ)そうでんみそしる

28日

エネルギー 707 kcal 塩分 2.1 g

ひじきごはん

ちくわのいそべあげ

岐福(ぎふ)みそしる

29日

エネルギー 646 kcal 塩分 2.1 g

フルーツポンチ

きのこスパゲティ

クロワッサン

ポテトスープ

30日

エネルギー 588 kcal 塩分 2.1 g

8月

9月

岐阜市立木田小学校

エネルギー 595 kcal 塩分 1.8 g