

1月



きだしょうがっこう

こまつなのそぼろいため
おやこどんぶり
だいこんの岐福(ぎふ)みそしる 7日
エネルギー 602kcal 塩分 2.0g

キャベツのソテー
にこみハンバーグ
こめこしよくパン はくさいのスープ 8日
エネルギー 629kcal 塩分 3.1g

ちくぜんに
ニシンのからあげ
(むぎいり) みぞれじる 9日
エネルギー 620kcal 塩分 1.5g

しらたまぜんざい
いためなます
にくどうふ 10日
エネルギー 648kcal 塩分 648g

せいじんのひ



ほうれんそうのごまあえ
サバのみそに
けんちんじる 14日
エネルギー 608kcal 塩分 1.7g

フルーツヨーグルト
アサリのスパゲティ
クロワッサン ポトフ 15日
エネルギー 593kcal 塩分 2.1g

シナモンビーンズ
ピビンバどんぶり
(むぎいり) トックスープ 16日
エネルギー 623kcal 塩分 1.6g

ブロッコリーのおかかあえ
とりにくのオランダに
かきたまじる 17日
エネルギー 655kcal 塩分 1.6g

クラウトザラート
チキンシュニッツェルトマトソース
チョコクリーム
はいがパン カルトツフェルスूप 20日
エネルギー 687kcal 塩分 2.6g

ほしがいきりおひたし
ゆうぜんごはん
きざみのり
おおとしのごっつお 21日
エネルギー 602kcal 塩分 1.8g

フルーツもりあわせ
フレンチサラダ
こざかな
(むぎいり) カレーライス 22日
エネルギー 679kcal 塩分 2.3g

みずなのたいたん
あげたこやき
ぶどうヨーグルト
いっしょうどん にくきざみうどん 23日
エネルギー 606kcal 塩分 1.8g

かぶのゆずドレッシングあえ
ワカサギのふゆやさいあんかけ
あぶらあげとしょうがの
ポカポカ岐福(ぎふ)みそふたじる 24日
エネルギー 608kcal 塩分 1.6g

ブロッコリーのサラダ
オムレツ
コッパン ビーンズスープ 27日
エネルギー 594kcal 塩分 2.6g

ひじきとだいずのもの
ぶたにくのしょうがやき
はなふのすまじる 28日
エネルギー 597kcal 塩分 1.8g

ギョーザ
ちゅうかどんぶり
(むぎいり) わかめスープ 29日
エネルギー 607kcal 塩分 2.2g

コーンやし
グリーンポテト
ソフトめん ミートソース 30日
エネルギー 646kcal 塩分 2.3g

はくさいのにびたし
シヤモのいそべあげ
みそにこみおでん 31日
エネルギー 641kcal 塩分 1.8g

1/20~24は
ぎふし
がっこうきゅうしよくしゅうかん

はつか 20日 友好姉妹都市「オーストリア ウィーン市の料理」
あじのたび 21日 味の旅「岐阜県可茂」
しょうわ 22日 昭和53年ごろの給食
おおさか 23日 EXPO 2025 大阪・関西万博に向けた献立
ちゅうがくせい 24日 中学生学校給食選手権入賞献立
ぎほくちゅうがっこう 24日 岐阜北中学校の生徒が考えた献立

あじのたび
ぎふけんかも
『岐阜県可茂』
『オーストリア ウィーン市』

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