

10 月学校給食献立表(三輪中学校)

給食日数 中

22 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
1	火	牛乳	黒パン	さつまいものシチュー ※ フライビーンズ ※かいそう 海藻サラダ	820	2.9
2	水	牛乳	麦飯	※ちくわの磯辺揚げ ※き ぼ だいこん に 切り干し大根とツナの煮つけ ※ぶたじる 豚汁 みかん	761	2.9
3	木	牛乳	麦飯	ジャンバラヤ 粉ふきいも ※ コ 豆のスープ チーズ	782	2.5
4	金	牛乳	米飯	※ サバの味噌煮 れんこんのきんぴら ※ かきたま汁	757	2.1
7	月	牛乳	米飯	※とりにく あ ※いそにしき ※いななじる 鶏肉のから揚げ 磯錦 田舎汁 ゼリー	844	2.5
8	火	牛乳	食パン	※ チリコンカン コーンキャベツ ※あきあじ 秋味スープ 小魚 ※こさかな	754	3.3
9	水	牛乳	ソフト麺	シーフードソース ふかしいも ※ キャベツのソテー	870	2.9
10	木	牛乳	麦飯	※ ビビンバ丼 ※どんぶり わかめスープ フルーツポンチ	749	2.0
11	金	牛乳	米飯	【ふるさと食材の日】 ※ アユのごま味噌だれ ※だいこん あつあ に 大根と厚揚げの煮もの  ※せいらゆうじる ※ 清流汁 ふりかけ	751	2.1
17	木	牛乳	麦飯	※かんこくふうにく ※ 韓国風肉じゃが ナムル ※ トックスープ	749	1.9
18	金	牛乳	米飯	【味の旅—佐賀県—】 ※ぶたにく ※ あじ たび さ が けん に 豚肉とれんこんの炒め煮 ※ いかのかけあえ  ※ つんきーだご汁 ※ のりの佃煮	768	2.3
21	月	牛乳	米飯	あつや たまご ※ こまつな ※とうふ みそしる ※なつとう 厚焼き卵 小松菜のそぼろ炒め 豆腐の味噌汁 納豆	792	2.1
22	火	牛乳	小型パン	あ ※ や 揚げパン 焼きビーフン フルーツ盛り合わせ ※ も あ ※だいちずい ※こさかな 大豆入り小魚	782	2.1
23	水	牛乳	麦飯	※ ひじきごはん キビナゴの南蛮漬け ※ さつまいも汁 ※ じる	760	2.5
24	木	牛乳	麦飯	※とりにく ※だいちずい ※にもの ※ ※こんさいじる 鶏肉と大豆の煮物 ごまあえ 根菜汁 りんご	755	1.7
25	金	牛乳	米飯	【ふるさと食材の日】 ※すふた ※き ぼ だいこん ちゅうかいた ※はるさめ 酢豚 切り干し大根の中華炒め 春雨スープ 	776	2.7
28	月	牛乳	米飯	※こうやどうふ たまご ※ ※ぎふみそしる 高野豆腐の卵とじ おかかあえ 岐福味噌汁 みかん	760	2.3
29	火	牛乳	食パン	とりにく あか に ※まめ 鶏肉の赤ワイン煮 豆とキャベツのサラダ ※だいこん はくさい 大根と白菜のスープ	777	3.4
30	水	牛乳	麦飯	※ぎのこカレー ※まめ 豆のマリネ ※ふくじんづ 福神漬け ヨーグルト	839	2.5
31	木	牛乳	一食うどん	※ かやくうどん ※ さつまいも入りかき揚げ ※い あ ※こまつな に 小松菜の煮びたし	775	1.8

(令和6年度)

- ◇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%、パンとソフト麺と一食中華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。