

## 8・9 月学校給食献立表(中地区)

給食日数 中 22 日

岐阜市立長森中学校

日	曜	こ ん だ て 名			エネルギー kcal	塩分 g
30	月A	牛乳	米飯	※ぶたにく 豚肉のしょうが焼き おかかあえ ※みそしる なすの味噌汁	777	2.4
31	火B	牛乳	米飯	ちくまや ※にく 千草焼き 肉じゃが ※とうがん 冬瓜のカレー汁	777	2.2
1	水A	牛乳	麦飯	※ちゅうかどんぶり 中華丼 ギョウザ わかめスープ	849	3.2
2	木B	牛乳	米飯	【災害時の食事】 うめぼ 梅干し つくだに 佃煮 焼きのり ※ぎふみそしる 岐福味噌汁 ※きぼ 切り干し大根の煮つけ	708	3.0
3	金A	牛乳	一食中華麺	※シャージャー麺 シュウマイ ※ちゅうか 中華あえ	828	3.2
6	月B	牛乳	米飯	【ふるさと食材の日】 ※ぶたにく 豚肉のあんからめ ※しょうがじょうゆ キャベツの生姜醤油あえ ※ぎふみそしる 岐福早田味噌汁	868	2.4
7	火3年生	牛乳	レーズンパン	※アジのマリネ 粉ふきいも ※ミネストローネ	815	3.4
8	水2年生	牛乳	麦飯	※ドライカレー ※えだまめ しお 枝豆の塩ゆで ※たまご トマトと卵のスープ	877	1.6
9	木1年生	牛乳	麦飯	※アユの天ぷら ※かくふ に 角麩の煮つけ ※まめじる うち豆汁	853	2.3
10	金A	牛乳	米飯	※とりにく 鶏肉のケジュヌ ※やさい 野菜のソテー フルーツの盛り合わせ	814	1.0
13	月A	牛乳	米飯	※ちんじやおろすー ※だいこん あますづ 青椒肉絲 大根の甘酢漬け ※ にらたまスープ	760	2.2
14	火B	牛乳	パンズパン	にこ 煮込みハンバーグ ボイルキャベツ かいばしら 貝柱のクリームスープ	796	3.1
15	水A	牛乳	麦飯	さけ 鮭ごはん ※ ひじきと大豆の煮物 ※ぎふみそしる 岐福味噌汁 のり	874	2.5
16	木B	牛乳	麦飯	※とり 鶏つくねの香味味噌 ※だいこん あつあ 大根と厚揚げの煮物 ※まめじる すまし汁 れいとう 冷凍みかん	838	2.0
17	金3年生	牛乳	米飯	サンマの塩焼き ※ 里芋の煮つけ ※ きのこ汁	851	2.2
21	火B	牛乳	クロワッサン	※きのこスパゲティ ※ポテトスープ フルーツポンチ	745	2.7
22	水A	牛乳	麦飯	【味の旅-徳島県-】 ※めし とりにく きなごうちあ ※みそしる さつまいもの味噌汁 ゼリー	870	2.8
24	金B	牛乳	米飯	カツオの煮つけ ※ じゃがいものきんぴら ※かきたま汁 れいとう 冷凍みかん	771	2.3
27	月	牛乳	米飯	【ふるさと食材の日】 ※とりにく やさいいた 鶏肉の野菜炒め ※ごまあえ ※えびしんじょ汁	753	2.4
28	火	牛乳	米粉コッパン	※ポークビーンズ ※こまつな 小松菜のソテー オムレツ ※はっこうにゅう 発酵乳	808	3.5
29	水	牛乳	麦飯	※ ひじきごはん ※ちくわの磯辺揚げ ※ぎふみそしる 岐福味噌汁	834	2.7
30	木	牛乳	一食うどん	※きのこうどん ※だいがくいも ※ごもくまめ 大学芋 五目豆	805	2.7

(令和3年度)

- ◇米は岐阜県産を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。
- ◇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。