

## 12月学校給食献立表(中地区)

給食日数 中 18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	
1	水	牛乳	麦飯	三色ごはん 角麩の煮つけ ためぎ汁 小魚	804	2.4
2	木	牛乳	麦飯	ハタハタのから揚げ ハリハリ漬け きりたんぼ鍋 みかん	810	1.8
3	金	牛乳	米飯	【ふるさと食材の日】 大豆入りツナごはん 小松菜のおかかあえ 豚汁	755	2.1
6	月	牛乳	米飯	豚肉の塩こうじ焼き 昆布豆 味噌けんちん汁	808	2.2
7	火	牛乳	食パン	鶏肉のオランダ煮 グリーンポテト 白菜のスープ チョコクリーム	871	3.7
8	水	牛乳	麦飯	【ふるさと食材の日】 豚肉と厚揚げの味噌炒め 煮びたし こぶ汁	761	2.0
9	木	牛乳	麦飯	シーフードカレー 豆のマリネ フルーツヨーグルト	875	2.5
10	金	牛乳	米飯	【味の旅ー東京都ー】 サバの香味揚げ 小松菜の煮びたし ちゃんこ鍋 アサリの佃煮	870	2.3
13	月	牛乳	米飯	エビのチリソース煮 ナムル 豆腐と卵のスープ ゼリー	738	2.5
14	火	牛乳	食パン	チリコンカン 大根サラダ ポテトスープ チーズ	823	4.2
15	水	牛乳	一食中華麺	長崎ちゃんぽん 大豆と小魚のあめがらめ くきわかめの炒め煮 みかん	838	3.2
16	木	牛乳	麦飯	ちくわのごま揚げ そぼろ炒め 具だくさん味噌汁 ふりかけ	856	3.0
17	金	牛乳	米飯	大根と豚肉の煮物 ごまあえ 岐福味噌汁 納豆	773	2.4
20	月	牛乳	米飯	すき焼き 厚焼き卵 金時豆の甘煮	826	2.2
21	火	牛乳	米飯	かぼちゃコロッセ 小松菜と油揚げのゆず衣あえ のっぺい汁	800	2.0
22	水	牛乳	ソフト麺	肉味噌 じゃがいものから揚げ 厚揚げとかぶの煮物	875	2.2
23	木	牛乳	コッペパン	手羽元の照り煮 コーンキャベツ ほうれん草のクリームスープ デザート	817	3.5
24	金	牛乳	米飯	親子丼 切り干し大根の煮つけ 味噌汁	808	2.7

(令和3年度)

- ◇米は岐阜県産の『はつしも』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。