

# 1 月学校給食献立表(中地区)

給食日数 中

16 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
7	金	牛乳	米飯	※ カレーライス <small>だいず こぎかな</small> ※小松菜のソテー <small>※こまつな</small>	858	2.4
11	火	牛乳	食パン	ハンバーグのデミグラスソース ボイルキャベツ ※はくさい 白菜のクリームスープ ゼリー	854	3.3
12	水	牛乳	麦飯	カミカミごはん <small>あつや たまご</small> 厚焼き卵 <small>※いかりじり</small> 石狩汁 <small>しらたま</small> 白玉ぜんざい	847	2.5
13	木	牛乳	クロワッサン	アサリのスパゲティ ポトフ フルーツヨーグルト	755	2.8
14	金	牛乳	米飯	ギョウザ <small>※まーぼー豆腐</small> 麻婆豆腐 <small>※たまご</small> 卵コーンスープ みかん	873	2.5
17	月	牛乳	米飯	※ワカサギの天ぷら <small>てん</small> ※小松菜と干し柿のおひたし <small>※こまつな ほ がき</small> 粕汁 <small>※かすじる</small> のりの佃煮 <small>つくだに</small>	754	2.3
18	火	牛乳	黒パン	※チキンビーンズ オムレツ <small>※</small> ほうれん草としめじのソテー <small>※</small> ミルメーク <small>※</small>	879	3.4
19	水	牛乳	麦飯	※ビビンバ <small>どんぶり</small> エビシューマイ わかめスープ	811	3.0
20	木	牛乳	ソフト麺	※ミートソース さつまいもチップス コーンキャベツ	910	2.7
21	金	牛乳	米飯	※小イワシのから揚げ <small>あ</small> ※五平もち風さといも <small>※ごへい ふう</small> エビしんじょ汁 <small>じり</small>	797	2.2
24	月	牛乳	米飯	イワシの煮つけ <small>に</small> 野菜のうま煮 <small>やさい</small> すいとんの味噌汁 <small>に ※ みそしる</small>	830	2.4
25	火	牛乳	コッペパン	※ペンネのクリーム煮 <small>に</small> 鶏肉のマリナーラソース <small>とりにく</small> イタリアンサラダ	826	3.7
26	水	牛乳	麦飯	【ふるさと食材の日】  ※かきまわし <small>※ひだぎゅう</small> 飛騨牛コロケ <small>※ぎふぐ</small> 岐阜臭だくさん汁 <small>じり</small>	862	2.0
27	木	牛乳	麦飯	【味の旅—茨城県—】  ※さつまいも <small>あじ たび いばらきけん</small> と大豆の甘辛揚げ <small>だいず あまからあ</small> れんこんの煮合い <small>に あ</small> ぬっぺ汁 <small>※ じり</small>	765	2.2
28	金	牛乳	米飯	【ふるさと食材の日】  ※アユの枝豆あん <small>えだまめ</small> ※小松菜のごまあえ <small>※こまつな</small> 岐福早田味噌汁 <small>※ぎふそうでんみそしる</small> 南濃みかん <small>※なんのう</small>	768	1.8
31	月	牛乳	米飯	※サバの味噌煮 <small>みそに</small> じゃがいものきんぴら <small>※</small> かきたま汁 <small>※ じり</small>	844	2.4

(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。