




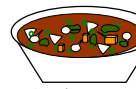










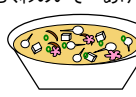




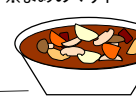



















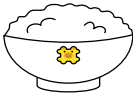
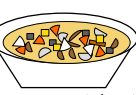



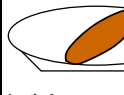
















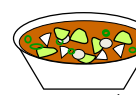




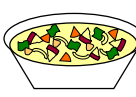




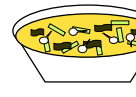

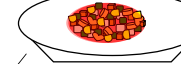


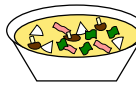





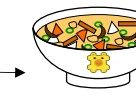




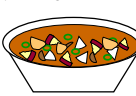



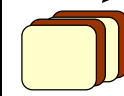
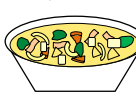


令和5年10月給食献立表

★毎月19日は「食育の日」です。

岐阜市立長森北小学校

月	火	水	木	金
<p>※ひじきごはん</p>    <p>※たまごとあなのわふういため</p>    <p>※岐福(ぎふ)みそしる</p> <p>2日</p> <p>エネルギー 617 キロカロリー 塩分 1.9 g</p>	<p>ウインナーポテト</p>    <p>とりにくのあかワインに</p>   <p>※カラフルスープ</p> <p>3日</p> <p>エネルギー 603 キロカロリー 塩分 2.2 g</p>	<p>※だいこんとがんものにもの</p>    <p>※ちくわのいそべあげ</p>    <p>※すましじる</p> <p>4日</p> <p>エネルギー 608 キロカロリー 塩分 2.3 g</p>	<p>※コーンもやし</p>    <p>※まめのマリネ</p>   <p>※きのこカレー</p> <p>5日</p> <p>エネルギー 636 キロカロリー 塩分 2.1 g</p>	<p>※おかかえ</p>    <p>※サバのみそに</p>   <p>※ゆばのすましじる</p> <p>6日</p> <p>エネルギー 586 キロカロリー 塩分 1.6 g</p>
<p>スポーツのひ</p> <p>9日</p>	<p>しゅうききゅうぎょうび 秋季休業日</p> <p>10日</p>	<p>しゅうききゅうぎょうび 秋季休業日</p> <p>11日</p>	<p>※まめのサラダ</p>    <p>ふかしいも</p>    <p>※シーフードソース</p> <p>12日</p> <p>エネルギー 691 キロカロリー 塩分 2.4 g</p>	<p>※じゃがいものにつけ</p>    <p>※アユのごみそだれ</p>   <p>※べいめんじる</p> <p>13日</p> <p>エネルギー 624 キロカロリー 塩分 1.8 g</p>
<p>きんときまめのあまに</p>    <p>※ぶたにくのしょうがやき</p>   <p>※こんさいじる</p> <p>16日</p> <p>エネルギー 607 キロカロリー 塩分 1.4 g</p>	<p>とうにゅうあんにんどうふ</p>    <p>あげパン</p>   <p>※やきビーフン</p> <p>17日</p> <p>エネルギー 615 キロカロリー 塩分 1.6 g</p>	<p>※こまつなのそぼろいため</p>    <p>あつやきたまご</p>    <p>※ぶたじる</p> <p>18日</p> <p>エネルギー 595 キロカロリー 塩分 1.7 g</p>	<p>じゃがいものきんぴら</p>    <p>※とりにくとだいずのもの</p>   <p>※かきたまじる</p> <p>19日</p> <p>エネルギー 618 キロカロリー 塩分 1.6 g</p>	<p>れんこんのいために</p>    <p>※タラのからあげきのこあんかけ</p>   <p>つみれじる</p> <p>20日</p> <p>エネルギー 615 キロカロリー 塩分 2.2 g</p>
<p>うどんのかいの ふいかえ きゅうぎょうび</p> <p>23日</p>	<p>※ほうれんそうのソテー</p>    <p>オムレツ</p>   <p>※さつまいもシチュー</p> <p>24日</p> <p>エネルギー 598 キロカロリー 塩分 3.0 g</p>	<p>フルーツもりあわせ</p>    <p>※ピンパどんぶり</p>   <p>わかめスープ</p> <p>25日</p> <p>エネルギー 588 キロカロリー 塩分 1.6 g</p>	<p>グリーンポテト</p>    <p>ジャンバラヤ</p>   <p>※だいこんとしめじのスープ</p> <p>26日</p> <p>エネルギー 588 キロカロリー 塩分 2.2 g</p>	<p>※きりぼしだいこんとツナのにつけ</p>    <p>※かきあげ</p>    <p>※かやくうどん</p> <p>27日</p> <p>エネルギー 624 キロカロリー 塩分 1.3 g</p>
<p>しらたきのあぶらそうめんふう</p>    <p>キピナゴのなんばんづけ</p>   <p>※さつまじる</p> <p>30日</p> <p>エネルギー 633 キロカロリー 塩分 2.2 g</p>	<p>コーンキャベツ</p>    <p>※チリコンカン</p>   <p>※ほうれんそうのクリームスープ</p> <p>31日</p> <p>エネルギー 631 キロカロリー 塩分 2.5 g</p>	<p>鉄分(てつぶん)が 多いこんだての日</p> <p>食物(しょくもつ)せんいが 多いこんだての日</p> <p>(にほんがたしよくじ) 「日本型食事」の日</p> <p>てつちゃん せんいくん わしよっくん</p>	<p>10月</p>	<p>長森北小</p>

◆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、ソフト麺、牛乳は岐阜県内で製造しています。
◆※の料理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、すべての料理に岐阜県産の食材を使用しています。

◆主な食材の産地は、岐阜市のホームページに掲載してあります。
◆給食用食材の放射性物質検査を行っており、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。
◆給食の赤味噌は、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。