

令和6年8・9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>暑い時期にかかせない水分補給</p> <p>たくさん汗をかく時期です。熱中症を防止するためにも、水分補給がとても大事になります。汗をかいたり、のどが渇いたりする前に、しっかり水分をとりましょう。</p>				
<p>十五夜とは</p> <p>9月17日は、十五夜です。十五夜は「中秋の名月」や「芋名月」とも呼ばれています。この日はスキを花瓶に生けて、お団子をお供えしたり、収穫したさつまいもやさといもをお供えすることがあります。</p>				
<p>あんぱん</p> <p>※チンジャオロース</p> <p>※コーンたまごスープ</p> <p>エネルギー 599 キロカロリー 塩分 1.5g</p>	<p>ぎよにくソーセージ</p> <p>やきのり</p> <p>ゼリ</p> <p>(ごもくごはん) アルファかまい ※岐福(ぎふ)みそしる</p> <p>エネルギー 554 キロカロリー 塩分 3.8g</p>	<p>※えだまめのおゆで</p> <p>※ドライカレー</p> <p>(むぎいり) コンソメスープ</p> <p>エネルギー 603 キロカロリー 塩分 1.5g</p>	<p>パンサンスー</p> <p>はるまき</p> <p>いっしょくちゅうかめん</p> <p>※ジャージャーめん</p> <p>エネルギー 663 キロカロリー 塩分 2.2g</p>	<p>チンゲンサイのおひたし</p> <p>わふうハンバーグ</p> <p>※岐福(ぎふ)そうでんみそしる</p> <p>エネルギー 584 キロカロリー 塩分 1.9g</p>
<p>※たまごいりアーサーじる</p> <p>エネルギー 586 キロカロリー 塩分 1.9g</p>	<p>※もやしのソテー</p> <p>イワシのマリネ</p> <p>くろパン</p> <p>※ラビオリスープ</p> <p>エネルギー 638 キロカロリー 塩分 2.5g</p>	<p>じゃがいものきんぴら</p> <p>※ちくわのこうみあげ</p> <p>れいとうみかん</p> <p>(むぎいり) ※なすのみそしる</p> <p>エネルギー 659 キロカロリー 塩分 2.7g</p>	<p>※キャベツとツナのソテー</p> <p>オムレツ</p> <p>コッパン</p> <p>※ポークビーンズ</p> <p>エネルギー 607 キロカロリー 塩分 2.7g</p>	<p>※かてめし</p> <p>※ぶたにくのながねぎいため</p> <p>※まゆたまじる</p> <p>エネルギー 606 キロカロリー 塩分 1.5g</p>
<p>けいろうのひ</p>				
<p>※カラフルサラダ</p> <p>※フライビーンズ</p> <p>ジャム</p> <p>※かいばしらのチャウダー</p> <p>エネルギー 689 キロカロリー 塩分 2.5g</p>	<p>※ひじきとだいすのにももの</p> <p>※シヤモのくろごまあげ</p> <p>れいとうみかん</p> <p>(むぎいり) ※いなにわうどんじる</p> <p>エネルギー 618 キロカロリー 塩分 1.8g</p>	<p>※ナムル</p> <p>※ぶたキムチ</p> <p>※ヨーグルト</p> <p>(むぎいり) アサリとうふのスープ</p> <p>エネルギー 604 キロカロリー 塩分 2.2g</p>	<p>※こまつなごまあえ</p> <p>※カツオのにつけ</p> <p>おはぎ</p> <p>ごもきこのじる</p> <p>エネルギー 608 キロカロリー 塩分 1.7g</p>	<p>※きりほしだいこんのうめあえ</p> <p>※あつあげのそぼろあんかけ</p> <p>(むぎいり) ※きりほしだいこんのうめあえ</p> <p>エネルギー 592 キロカロリー 塩分 1.7g</p>
<p>ふりかえきゅうじつ</p>	<p>フルーツポンチ</p> <p>※きのこスパゲティ</p> <p>クロワッサン</p> <p>ポテトスープ</p> <p>エネルギー 583 キロカロリー 塩分 1.8g</p>	<p>ギョーザ</p> <p>※ちゅうかどんぶり</p> <p>(むぎいり) わかめスープ</p> <p>エネルギー 615 キロカロリー 塩分 2.2g</p>	<p>※こまつなのおかかあえ</p> <p>とりてん</p> <p>※きんしたまごのすましじ</p> <p>エネルギー 610 キロカロリー 塩分 1.5g</p>	<p>※きんしたまごのすましじ</p> <p>エネルギー 610 キロカロリー 塩分 1.5g</p>
<p>くきわかめのいために いりたまご</p> <p>ツナごはん</p> <p>※あつあげのみそしる</p> <p>エネルギー 613 キロカロリー 塩分 2.3g</p>	<p>8・9月 長森北小</p>		<p>あじのたび</p> <p>こんげつは『さいたまけん』</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)「日本型食事」の日</p>			<p>しっかり食べて 健康な体と心を作ろう!</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。