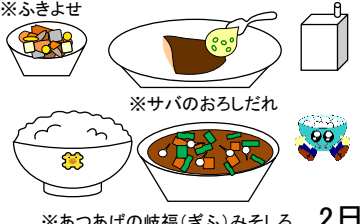
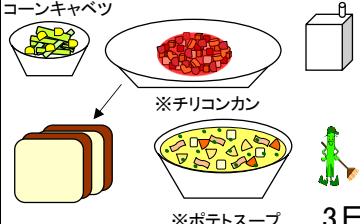
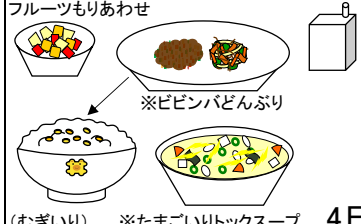
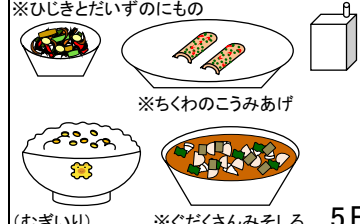
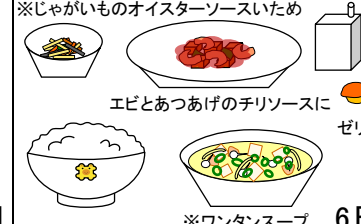
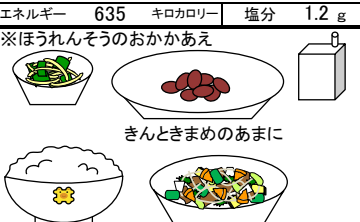
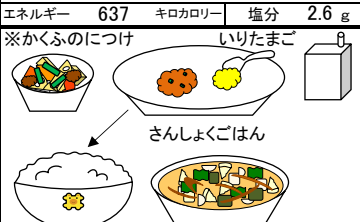
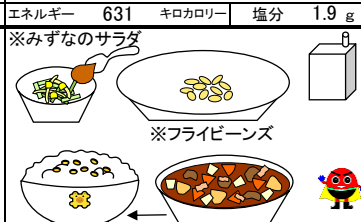
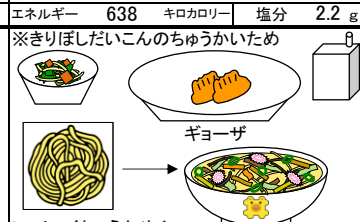












令和6年12月給食献立表

★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>※ふきよせ</p>  <p>※サバのおろしだれ</p> <p>※あつあげの岐福(ぎふ)みそしる 2日</p> <p>エネルギー 635 キロカロリー 塩分 1.2g</p>	<p>コーンキャベツ</p>  <p>※チリコンカン</p> <p>※ポテトスープ 3日</p> <p>エネルギー 637 キロカロリー 塩分 2.6g</p>	<p>フルーツもりあわせ</p>  <p>※ビンパンどんぶり</p> <p>※たまごりттокすうプ 4日</p> <p>エネルギー 631 キロカロリー 塩分 1.9g</p>	<p>※ひじきとだいずのもの</p>  <p>※ちくわのこうみあげ</p> <p>※ぐくさんみそしる 5日</p> <p>エネルギー 638 キロカロリー 塩分 2.2g</p>	<p>※じゃがいものオイスターソースいため</p>  <p>エビとあつあげのチリソースにゼリー</p> <p>※ワントンスープ 6日</p> <p>エネルギー 649 キロカロリー 塩分 2.0g</p>
<p>※ほうれんそうのおかかあえ</p>  <p>きんときまめのあまに</p> <p>※ひきずり 9日</p> <p>エネルギー 648 キロカロリー 塩分 1.8g</p>	<p>※かくふのにつけ</p>  <p>いりたまご</p> <p>さんしょくごはん</p> <p>※のっぺいじる 10日</p> <p>エネルギー 615 キロカロリー 塩分 1.8g</p>	<p>※みずなのサラダ</p>  <p>※フライビーンズ</p> <p>※シーフードカレー 11日</p> <p>エネルギー 587 キロカロリー 塩分 2.6g</p>	<p>※きりぼしだいこんのちゅうかいため</p>  <p>ギョーザ</p> <p>※やさいラーメン 12日</p> <p>エネルギー 670 キロカロリー 塩分 1.7g</p>	<p>※はくさいのにびたし</p>  <p>あつやきたまご</p> <p>※ふたじる 13日</p> <p>エネルギー 600 キロカロリー 塩分 2.5g</p>
<p>※だいずりりつなごはん</p>  <p>※にくじゃが</p> <p>※だいこんの岐福(ぎふ)みそしる 16日</p> <p>エネルギー 620 キロカロリー 塩分 2.2g</p>	<p>※キャベツのソテー</p>  <p>※フライドチキン</p> <p>※ふゆやさいのスープ 17日</p> <p>エネルギー 610 キロカロリー 塩分 1.5g</p>	<p>※ラーバーツアイ</p>  <p>※だいずとごさかなのごまがらめ</p> <p>ソフトめん</p> <p>※ちゅうかあんかけ 18日</p> <p>エネルギー 634 キロカロリー 塩分 1.9g</p>	<p>のざわなふりかけ</p>  <p>※しみどうふのたまごとし</p> <p>※きのこのみぞれじる 19日</p> <p>エネルギー 620 キロカロリー 塩分 1.6g</p>	<p>とうじかぼちゃ</p>  <p>※サケのゆずみそかけ</p> <p>※うちこみじる 20日</p> <p>エネルギー 601 キロカロリー 塩分 1.9g</p>
<p>※きりぼしだいこんのにつけ</p>  <p>※こいワシのたつたあげ</p> <p>※さいもの岐福(ぎふ)みそしる 23日</p> <p>エネルギー 586 キロカロリー 塩分 1.3g</p>	<p>※ひじきサラダ</p>  <p>とりにくのあかワインにデザート</p> <p>※ほうれんそうのクリームスープに 24日</p> <p>エネルギー 697 キロカロリー 塩分 2.5g</p>	<p>※になます</p>  <p>※ワカサギのからあげ</p> <p>※きりたんぼなべ 25日</p> <p>エネルギー 640 キロカロリー 塩分 2.4g</p>	<p>※こまつなとめじのごまあえ</p>  <p>※ふたにくとあつあげのみそいため</p> <p>※こぶじる 26日</p> <p>エネルギー 587 キロカロリー 塩分 1.6g</p>	<p>12月</p> <p>長森北小</p>
<p>あじのたび こんがつは「ながのけん」です。</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>とうじ 冬至とかぼちゃ</p> <p>なつ ふゆ ほぞん あま 夏から冬にかけて保存したかぼちゃは、とても甘くなり、かぜなどの びょうき ふせ るい おお むかし とうじ 病気を防ぐビタミン類なども多くなります。そのため、昔から冬至の ひには、かぼちゃが食べられていました。しっかり食べて、病気を防ぎ ましょう。</p>	<p>がつ にち とうじ 12月21日は冬至です</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。