

令和7年1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>1月</p> <p>長森北小</p>	<p>キャベツのソテー</p> <p>にこみハンバーグ</p> <p>こめこしよくパン</p> <p>※はくさいのスープ 7日</p> <p>エネルギー 629 キロカロリー 塩分 3.1g</p>	<p>※ちくぜんに</p> <p>※ニシンのからあげ</p> <p>(むぎいり) みぞれじる 8日</p> <p>エネルギー 620 キロカロリー 塩分 1.5g</p>	<p>※コーンもやし</p> <p>グリーンポテト</p> <p>ソフトめん</p> <p>※ミートソース 9日</p> <p>エネルギー 646 キロカロリー 塩分 2.3g</p>	<p>しらたまぜんざい</p> <p>※いためなます</p> <p>※にくどうふ 10日</p> <p>エネルギー 648 キロカロリー 塩分 1.0g</p>	
	<p>フルーツヨーグルト</p> <p>アサリのスパゲティ</p> <p>クロワッサン</p> <p>※ポトフ 14日</p> <p>エネルギー 593 キロカロリー 塩分 2.1g</p>	<p>※シナモンピーズ</p> <p>※ビビンバどんぶり</p> <p>(むぎいり) ※トックスープ 15日</p> <p>エネルギー 623 キロカロリー 塩分 1.6g</p>	<p>ブロッコリーのおかかあえ</p> <p>※とりにくのオランダに</p> <p>(むぎいり) ※かきたまじる 16日</p> <p>エネルギー 655 キロカロリー 塩分 1.6g</p>	<p>※ほうれんそうのごまあえ</p> <p>※サバのみそ汁</p> <p>※けんちんじる 17日</p> <p>エネルギー 608 キロカロリー 塩分 1.7g</p>	
<p>※かぶのゆずドレッシングあえ</p> <p>※ワカサギのふゆやさいあんかけ</p> <p>※あぶらあげとしょうがのホカホカ飯糰(ぎふ)みそふたじる</p> <p>20日</p> <p>エネルギー 608 キロカロリー 塩分 1.6g</p>	<p>クラウトザラート</p> <p>チキンシュニッツェルトマトソース</p> <p>はいがパン</p> <p>カルトフェルズuppe 21日</p> <p>エネルギー 687 キロカロリー 塩分 2.6g</p>	<p>※ほしがきりおひたし</p> <p>ゆうぜんごはん</p> <p>(むぎいり) ※おとしのごつつお 22日</p> <p>エネルギー 602 キロカロリー 塩分 1.8g</p>	<p>フルーツもりあわせ</p> <p>フレンチサラダ</p> <p>(むぎいり) ※カレーライス 23日</p> <p>エネルギー 679 キロカロリー 塩分 2.3g</p>	<p>※みずなのたいたん</p> <p>あげたこやき</p> <p>いっしょうどん</p> <p>※にくぎみうどん 24日</p> <p>エネルギー 606 キロカロリー 塩分 1.8g</p>	
<p>※はくさいのにびたし</p> <p>※シシャモのいそべあげ</p> <p>※みそにこみおでん 27日</p> <p>エネルギー 641 キロカロリー 塩分 1.8g</p>	<p>ブロッコリーのサラダ</p> <p>オムレツ</p> <p>コッペパン</p> <p>※ピーズスープ 28日</p> <p>エネルギー 594 キロカロリー 塩分 2.6g</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 29日</p> <p>エネルギー 607 キロカロリー 塩分 2.2g</p>	<p>※こまつなのそぼろいため</p> <p>おやこどんぶり</p> <p>(むぎいり) ※だいごんの岐福(ぎふ)みそじる 30日</p> <p>エネルギー 602 キロカロリー 塩分 2.0g</p>	<p>※ひじきとだいずのもの</p> <p>※ぶたにくのしょうがやき</p> <p>※はなふのすまじる 31日</p> <p>エネルギー 597 キロカロリー 塩分 1.8g</p>	
<p>1/20~24は</p> <p>ぎふし</p> <p>がっこうきゅうしょくしゅうかん</p>	<p>20日 中学生学校給食選手権入賞献立 岐阜市立長森北中学校の生徒が考えた献立</p> <p>21日 友好姉妹都市「オーストリア ウィーン市の料理」</p> <p>22日 味の旅「岐阜県可茂」</p> <p>23日 昭和53年ごろの給食</p> <p>24日 EXPO 2025 大阪・関西万博に向けた献立</p>		<p>あじのたび</p> <p>ぎふけんかも</p> <p>『岐阜県可茂』</p> <p>『オーストリア ウィーン市』</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>(にほんがたしょくじ)「日本型食事」の日</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。