

# 6月 学校給食献立表

6月は食育月間です。食育基本法において、「食育とは『食』に関する知識と『食』を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる



岐阜市立長森西小学校

日	曜	こ ん だ て 名		エネルギー kcal	塩分 g
1	水	牛乳	麦飯 イワシの梅煮 浦上そばろ 枝豆しんじょのすまし汁 かみかみ豆	611	2.2
2	木	牛乳	一食中華麺 *コーンラーメン 春巻き チンゲンサイの炒め物	614	2.4
3	金	牛乳	米飯 *大豆入りツナごはん 小松菜のいり卵あえ 豆腐の味噌汁	602	1.9
6	月	牛乳	米飯 *豚丼 金時豆の甘煮 岐福味噌汁	614	1.9
7	火	牛乳	コッパパン *鶏肉のトマト煮 キャベツのソテー かぼちゃのポターージュ	619	2.7
8	水	牛乳	小型パン *焼きそば 厚揚げともやしの炒め物 フルーツ白玉	605	3.0
9	木	牛乳	麦飯 *アユの薬味だれ じゃがいものきんぴら なすの味噌汁 冷凍みかん	611	1.9
10	金	牛乳	米飯 【ふるさと食材の日】 *豚肉の味噌炒め 磯錦 すまし汁	599	2.4
13	月	牛乳	米飯 *シシャモのお茶揚げ 含め煮 すまし汁 アサリの佃煮	595	1.9
14	火	牛乳	米粉食パン 【ふるさと食材の日】 *ポークビーンズ オムレツ コールスローサラダ ジャム	666	3.0
15	水	牛乳	麦飯 *ひじきごはん アジの南蛮漬 岐福早田味噌汁 冷凍みかん	639	2.1
16	木	牛乳	ソフト麺 *中華あんかけ 揚げ大豆 中華炒め	635	1.8
17	金	牛乳	米飯 *高野豆腐の卵とじ ごまあえ うち豆汁	591	2.1
20	月	牛乳	米飯 【味の旅-富山県-】 *甘エビのから揚げ 昆布あえ ととぼち汁 ゼリー	593	2.2
21	火	牛乳	ナン *キーマカレー グリーンポテト キャベツのスープ 発酵乳	613	2.9
22	水	牛乳	麦飯 *枝豆コロッケ 切り干し大根とツナの煮つけ 田舎汁	619	1.5
23	木	牛乳	麦飯 *ヒビン丼 わかめスープ とうにゅうあんにとろろ豆腐	623	1.8
24	金	牛乳	米飯 *厚揚げの肉味噌かけ かみかみあえ 麩のかきたま汁	588	1.5
27	月	牛乳	米飯 *韓国風肉じゃが ナムル 五目スープ	559	1.8
28	火	牛乳	米飯 *酢豚 糸寒天のサラダ 春雨のスープ	628	2.4
29	水	牛乳	麦飯 *チキンライス ジャーマンポテト 卵スープ チーズ	581	2.0
30	木	牛乳	麦飯 *ホキの香味揚げ 枝豆の塩ゆで じゃがいもの味噌汁 ふりかけ	600	1.8

(令和4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。