

# 10月学校給食献立表(長良西小学校)

給食日数 小 17日

岐阜市教育委員会

日	曜	こ ん だ て 名			エネルギー kcal	塩分 g
4	火	牛乳	米飯	※カツオのたつた揚げ ごまあえ ※けんちん汁	624	1.3
5	水	牛乳	麦飯	高野豆腐の卵とじ ※こんにやくのきんぴら ※さつまいもの味噌汁 みかん	624	2.2
6	木	牛乳	麦飯	※きのこカレー 大豆と小魚 ※だいこん 大根サラダ	651	2.1
7	金	牛乳	小型パン	※や焼きそば ※あつあ厚揚げともやしの炒め物 ※とうにゆうあん仁豆腐 豆乳杏仁豆腐	572	3.0
13	木	牛乳	麦飯	※ピビンバ丼 ※わかめスープ フルーツの盛り合わせ	642	1.9
14	金	牛乳	米飯	※アユのごま味噌だれ ※とりにく 鶏肉と角麩のうま煮 ※こぶ汁	652	1.6
17	月	牛乳	黒パン	※とりにく 鶏肉の赤ワイン煮 ※に ひじきサラダ ※さつまいものクリームスープ	707	2.5
18	火	牛乳	米飯	※キビナゴのから揚げ ※に 肉じゃが ※ぎふみそ 岐福味噌汁	604	1.7
19	水	牛乳	麦飯	※エビのチリソース煮 ※に ※き 切り干し大根の中華炒め ※ワンタンスープ ゼリー	634	2.2
20	木	牛乳	一食うどん	※かやくうどん ※だいずい 大豆入りかき揚げ ※だいこん 大根とツナの煮物 ※いも 大福	656	1.4
21	金	牛乳	米飯	※サバの煮つけ ※に ※キャベツのごま酢あえ ※やま 山の幸の味噌汁	592	2.0
24	月	牛乳	食パン	※チリコンカン ※コーンキャベツ ※ポテトスープ	596	2.5
25	火	牛乳	米飯	※にくだんご 肉団子の甘酢あん ※あまず ちんげんサイの中華炒め ※とうふ 豆腐と卵のスープ	608	2.2
26	水	牛乳	麦飯	【ふるさと食材の日】 ※タラのから揚げ ※きのこ あんかけ ※こまつな 小松菜のごま味噌あえ ※ぎふこんさい 岐阜根菜汁	596	1.6
27	木	牛乳	ソフト麺	※シーフードソース ※こ 粉ふきいも ※キャベツのサラダ	671	2.0
28	金	牛乳	米飯	【ふるさと食材の日】 ※ぐしょうみそ 郡上味噌けいちゃん ※いそにしき 磯錦 ※すまし汁 ※じり ぜりー	617	2.4
31	月	牛乳	米飯	【味の旅一栃木県】 ※ぶた 豚ニラ炒め ※いた ※こまつな 小松菜とゆばの煮びたし ※かんびょうの卵とじ	592	1.5

(令和4年度)

- ◇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、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。