

11 月学校給食献立表(長良西小学校)

給食日数 小 19 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
1	火	牛乳	米飯	※まーぼー豆腐 だいがくいも ※らーぼーつあい 麻婆豆腐 大学芋 辣白菜	666	1.9
2	水	牛乳	麦飯	ツナライス キャベツのカレーソテー ※ アサリのチャウダー	657	1.9
4	金	牛乳	米飯	ソフトカレイのたつた揚げ あ ※ かいそう しお もやしと海藻の塩こうじあえ ※あき こんさい じる 秋の根菜あったか汁	577	1.3
8	火	牛乳	米飯	※ぶたにく ※こまつな み そ ※ じる 豚肉のあんからめ 小松菜のゆず味噌あえ こぶ汁	699	1.8
9	水	牛乳	麦飯	※ ハヤシライス ※まめ ※ 豆のマリネ ほうれん草のソテー ゼリー	699	1.8
10	木	牛乳	麦飯	あ ※き ぼ だいこん ※ごじる イカのあられ揚げ 切り干し大根のごまよごし 呉汁	618	1.6
11	金	牛乳	米飯	【味の旅—新潟県—】 ※ あ ※こがねじる サケの揚げびたし ずいきのきんぴら 黄金汁 	624	1.7
14	月	牛乳	米粉コッペパン	【ふるさと食材の日】 ※ ポークビーンズ ※ ※こまつな オムレツ 小松菜のソテー  ※ ヨーグルト	675	3.0
15	火	牛乳	米飯	きしゅうに こうやどうふ にもの イワシの紀州煮 高野豆腐の煮物 ※ たまご うずら卵のすまし汁 みかん	626	2.0
16	水	牛乳	麦飯	【ふるさと食材の日】 ※だいち とりにく にもの ※ ※ぎふそうでんみそしる 大豆と鶏肉の煮物 ごまあえ 岐福早田味噌汁 	610	1.6
17	木	牛乳	ソフト麺	※きのこあん さつまいもチップス ※ チンゲンサイの炒め物 	658	1.8
18	金	牛乳	米飯	※ ふきよせごはん ※ あ ※ぎふみそしる シシャモのみみじ揚げ 岐福味噌汁	626	1.7
21	月	牛乳	食パン	※ キーマカレー グリーンポテト ※はくさい 白菜のスープ	603	3.1
22	火	牛乳	米飯	※ タラのさつまいも入りきのこあんかけ ※だいちこん かくふ にもの 大根と角麩の煮物 ※いかにだしる まつちや 筏師汁 抹茶プリン	680	1.8
24	木	牛乳	一食うどん	※たまご ※ てん ※ごもくまめ 卵とじうどん ちくわの天ぷら 五目豆	655	2.6
25	金	牛乳	米飯	※ サバの味噌煮 ひじきの炒め煮 ※ きんちん汁 ※ じる みかん	643	1.9
28	月	牛乳	レーズンパン	※ カレーフライドチキン ※まめ 豆とれんこんのサラダ ※だいこん 大根としめじのスープ	639	2.7
29	火	牛乳	米飯	※ぶたにく みそいた ※さといも に ※ じる 豚肉の味噌炒め 里芋とイカの煮つけ きのこ汁	583	1.8
30	水	牛乳	麦飯	※こ はどん ごもくあつや たまご ※かすじる 木の葉丼 五目厚焼き卵 粕汁 みかん	685	2.1

(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。