

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	水	牛乳	麦飯	ツナライス ※ まめまめポテト ※はくさい 白菜スープ ゼリー	603	1.8
2	木	牛乳	赤飯	※ サケのさつまいも入りきのこあんかけ ※だいこん かくふ にももの ※いかだし 大根と角麩の煮物 筏師汁	688	1.7
6	月	牛乳	黒パン	やさしい 野菜コロケック ポトフ ※ ひじきサラダ	663	2.1
7	火	牛乳	米飯	あじ たび おおさかふ 【味の旅—大阪府—】 ※ に ※かわち ※こまつな た サバの煮つけ 河内のっぺ 小松菜の炊いたん	614	1.8
8	水	牛乳	麦飯	ハヤシライス ※こまつな 小松菜のソテー フルーツ盛り合わせ	619	1.7
9	木	牛乳	麦飯	とり どんぶり※ あ ※ 鶏そぼろ丼 イカのかりん揚げ 具だくさん味噌汁 みかん	670	2.0
10	金	牛乳	米飯	※こうやどうふい すふた ※ 高野豆腐入り酢豚 チンゲンサイの炒め物 にらたまスープ	587	2.5
14	火	牛乳	米飯	※ あま ※はくさい だいず ※ アジの甘だれ 白菜の大豆あえ いものこ汁 みかん	604	1.6
15	水	牛乳	麦飯	【ふるさと食材の日】 ※くじょうみそ ※こもくまめ ※ たまご じる 郡上味噌けいちゃん 五目豆 うずら卵のすまし汁	625	2.2
16	木	牛乳	ソフト麺	※ だいがくいも ※あつあ きのこあん 大学芋 厚揚げのオイスターソース炒め	674	2.3
17	金	牛乳	米飯	※ ふきよせごはん ※ シシャモのみみじ揚げ 岐福味噌汁 りんご	614	1.6
20	月	牛乳	小型パン	※や ※き ぼ だいこん ちゅうかいた どうにゅうあんにと豆腐 焼きそば 切り干し大根の中華炒め 豆乳杏仁豆腐	587	3.0
21	火	牛乳	米飯	【ふるさと食材の日】 ※ふたにく ※はくさい ゆず か 豚肉のあんからめ 白菜の柚子香 あえ ※みそ じる 味噌けんちん汁	697	1.9
22	水	牛乳	麦飯	※まーぼー豆腐 あま ※ 麻婆豆腐 甘エビのから揚げ 辣白菜	612	2.1
24	金	牛乳	米飯	きしゅうに ※ イワシの紀州煮 じゃがいものきんぴら ※ じる こぶ汁 みかん	589	1.9
27	月	牛乳	コッペパン	※ カレーシチュー ※ フライビーンズ ※だいこん 大根サラダ	605	2.8
28	火	牛乳	米飯	※かんとうに に ※き ぼ だいこん 関東煮 レパアの煮つけ 切り干し大根のおかかあえ ふりかけ	586	2.2
29	水	牛乳	麦飯	※わふう ※ 和風おろしハンバーグ さといものごまあえ ※かすじる 粕汁	656	2.2
30	木	牛乳	一食うどん	※たまご ※だいこん にももの 卵とじうどん さつまいもチップス 大根とツナの煮物	585	1.8

(令和5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。