

令和5年4月分 岐阜市学校給食献立

p.1

北地区	10日(月)		11日(火)		12日(水)		13日(木)		14日(金)	
	No. 1	小学校	No. 13	小学校	No. 5	小学校	No. 4	小学校	No. 7	小学校
使	<米飯>	176	<米飯>	176	<米粉食パン>	91	<米飯>	176	<米飯>	176
	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206
用	<和風ハンバーグ>		<ちくわの磯辺揚げ>		<ポークビーンズ>		<カレーライス>		<鶏肉のから揚げ>	
	ハンバーグ	60	ちくわ	40	大豆	10	サラダ油	0.5	鶏肉(2cm角切)	60
食	たまねぎ	10	青のり粉	0.2	サラダ油	0.5	にんにく	0.2	しょうが	0.6
	しょうが	1	小麦粉	8.5	県産豚肉(平切)	15	しょうが	0.1	しょうゆ	2
材	砂糖	1.6	米粉	1.5	たまねぎ	30	県産豚肉(平切)	30	調味酒	0.5
	しょうゆ	2.4	油	5	にんじん	15	塩	0.2	でん粉	7
	本みりん	0.8			じゃがいも	40	こしょう	0.05	米粉	1
			<たけのこのおかか煮>		ホールトマト(カット)	20	たまねぎ	40	油	5
	<沢あざみのきんぴら>		ごぼう	7	ケチャップ	6	にんじん	15	<ひじきの炒め煮>	
	サラダ油	0.5	たけのこ(レトルト)	25	ウスターソース	1.8	じゃがいも	50	サラダ油	0.4
	にんじん	8	こんにゃく	15	砂糖	0.4	サイコロチーズ	4	ひじき(長)	3
	つきだしこんにゃく	20	にんじん	10	洋風スープの素	0.8	塩	0.5	にんじん	7
	沢あざみ	15	砂糖	1	塩	0.15	洋風スープの素	1.2	つきだしこんにゃく	7
	あげはんぺん	7	本みりん	0.5	こしょう	0.02	リンゴペースト	3	油揚げ	3
	砂糖	1	しょうゆ	2	<オムレツ>		ケチャップ	2	ちくわ	5
	しょうゆ	2	花かつお	0.5	オムレツ	30	ウスターソース	2	砂糖	0.9
	調味酒	2					マーガリン	4	しょうゆ	1.5
			<かきたま汁>		<キャベツのソテー>		小麦粉	4	けずり節	0.5
	<アサリの岐福(ぎふ)味噌汁>		干しいたけ(スライス)	0.5	サラダ油	0.3	カレー粉	0.5	枝豆むきみ(冷)	5
	アサリ(むきみ)	15	豆腐	30	キャベツ	35	脱脂粉乳	4		
	豆腐	20	けずり節	1.5	ホールコーン(冷)	7	<豆のマリネ>		<キャベツの味噌汁>	
	カットわかめ	0.5	うすくちしょうゆ	2	グリーンアスパラガス	7	大豆	8	キャベツ	20
	赤みそ	8	塩	0.3	塩	0.2	砂糖	0.8	えのきだけ	7
	けずり節	1.5	液卵	15	こしょう	0.01	うすくちしょうゆ	0.6	豆腐	15
	こまつな	10	でん粉	0.6	<ジャム>		オリーブ油	1.2	カットわかめ	0.5
			ほうれん草	10	岐阜市産イチゴジャム	15	たまねぎ	5	赤みそ	4.25
			<ゼリー>				パブリカ	3	白みそ	4.25
			ミニゼリー	23			砂糖	0.6	けずり節	1.5
							塩	0.2		
							こしょう	0.01		
							酢	2		
							パセリ	0.3		
							<福神漬け>			
							福神漬け	10		
							<お祝いデザート>			
							デザート	35		
栄養価		小学校		小学校		小学校		小学校		小学校
	エネルギー(Kcal)	598	エネルギー(Kcal)	622	エネルギー(Kcal)	649	エネルギー(Kcal)	688	エネルギー(Kcal)	652
	たんぱく質(g)	26.1	たんぱく質(g)	22.9	たんぱく質(g)	29.7	たんぱく質(g)	28.3	たんぱく質(g)	29.1
	脂質(g)	17.9	脂質(g)	17.5	脂質(g)	20.4	脂質(g)	20.2	脂質(g)	22.4
	食塩相当量(g)	2.1	食塩相当量(g)	2	食塩相当量(g)	3	食塩相当量(g)	2.6	食塩相当量(g)	2

令和5年4月分 岐阜市学校給食献立

p.2

北地区	17日(月)		18日(火)		19日(水)		20日(木)		21日(金)	
	No. 6	小学校	No. 11	小学校	No. 8	小学校	No. 9	小学校	No. 3	小学校
使 用 材	<米飯>	176	<米飯>	176	<米飯>	176	<ソフト麺>	180	<米飯>	176
	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206
	<厚揚げの肉味噌かけ>		<揚げシューマイ>		<たけのこごはん>		<ミートソース>		<小イワシのから揚げ>	
	厚揚げ(冷)	50	シューマイ	36	鶏肉(切込・細かめ)	12	サラダ油	0.5	小イワシ	35
	サラダ油	0.2	油	3.6	たけのこ(レトルト)	20	にんにく	0.1	しょうゆ	0.7
	鶏肉(ミンチ用)	7			にんじん	10	しょうが	1	しょうが	0.3
	調味酒	0.6	<じゃがいものオイスターソース炒め>		油揚げ	5	県産豚肉(ミンチ用)	20	調味酒	0.7
	砂糖	4	ごま油	0.5	干しいたけ(スライス)	0.5	塩	0.2	でん粉	5
	赤みそ	6	にんじん	8	砂糖	1	こしょう	0.06	油	3.5
	本みりん	0.5	じゃがいも	30	本みりん	0.5	たまねぎ	40	<角麩の煮つけ>	
			ピーマン	10	うすくちしょうゆ	2	にんじん	15		
	<しらたき入りじゃがいもの煮つけ>		オイスターソース	1	塩	0.2	サイコロチーズ	4		15
	じゃがいも	40	しょうゆ	0.5	さやえんどう(生)	3	砂糖	2		10
	たまねぎ	15	塩	0.1	<ニシンの塩焼き>		洋風スープの素	1.2		10
	にんじん	10	こしょう	0.01		40	ウスターソース	6	にんじん	10
	しらたき	20	<豆腐の中華スープ>		<五目汁>		トマトソース	20	角麩	20
	砂糖	1					トマトピューレ	8	砂糖	1
	しょうゆ	2	干しいたけ(スライス)	0.5	大根	20	マーガリン	3	しょうゆ	2
	けずり節	0.5	ロースハム(冷)	7	ごぼう	6	小麦粉	3	けずり節	0.5
	さやいんげん(冷)	5	太もやし	10	こんにゃく	10	マッシュルーム(水煮)	5	さやいんげん(冷)	5
			豆腐	30	厚揚げ(冷)	12	<グリーンポテト>		<じゃがいもの味噌汁>	
	<若竹汁>		鶏ガラスープの素	0.8	けずり節	1.5				30
	たけのこ(レトルト)	10	塩	0.2	しょうゆ	1.5		50		10
	かまぼこ	7	こしょう	0.02	塩	0.3		0.2		0.5
	豆腐	15	しょうゆ	0.5	こまつな	10		0.01		4.25
	カットわかめ	0.5	チンゲンサイ	10				0.05		4.25
	けずり節	1.5					<コーンキャベツ>			1.5
	うすくちしょうゆ	2								10
	塩	0.3						40		
	調味酒	0.5						10		
	みつば	2						0.1		
								0		
								0.02		
栄養価		小学校		小学校		小学校		小学校		小学校
	エネルギー(Kcal)	577	エネルギー(Kcal)	585	エネルギー(Kcal)	599	エネルギー(Kcal)	643	エネルギー(Kcal)	609
	たんぱく質(g)	21.9	たんぱく質(g)	19.6	たんぱく質(g)	28.4	たんぱく質(g)	25.6	たんぱく質(g)	24.6
	脂質(g)	14.2	脂質(g)	14.8	脂質(g)	20.8	脂質(g)	17.1	脂質(g)	16.9
	食塩相当量(g)	1.9	食塩相当量(g)	1.7	食塩相当量(g)	1.6	食塩相当量(g)	2.2	食塩相当量(g)	1.7

令和5年4月分 岐阜市学校給食献立

p.3

北地区	24日(月)		25日(火)		26日(水)		27日(木)		28日(金)	
	No. 15	小学校	No. 2	小学校	No. 12	小学校	No. 10	小学校	No. 14	小学校
使 用 材	<コッペパン>	91	<米飯>	176	<米飯>	176	<米飯>	176	<クロワッサン>	40
	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206
	<ウインナーのソースかけ>		<豚肉の味噌炒め>		<ニジマスのよもぎ揚げ>		<マグロのさらさ揚げ>		<アサリのスパゲティ>	
	ウインナー(冷)	30	サラダ油	0.5	ニジマス	30	マグロ(角切)	50	スパゲティ	25
	ケチャップ	2	県産豚肉(平切)	30	塩	0.2	しょうが	0.6	にんにく	0.2
	ウスターソース	1	キャベツ	20	調味酒	1	にんにく	0.7	オリーブ油	0.5
	砂糖	0.5	ピーマン	10	小麦粉	9	しょうゆ	1.8	アサリ(むきみ)	15
	でん粉	0.2	ねぎ	10	米粉	1	調味酒	2	白ワイン	2
	<ボイルキャベツ>		赤みそ	3	よもぎ(乾)	0.2	カレー粉	0.4	たまねぎ	20
	キャベツ	30	しょうゆ	1	油	4	でん粉	7	マッシュルーム(水煮)	3
食	<貝柱のクリームスープ>		調味酒	1.2	<小松菜のそぼろ炒め>		米粉	1	魚のオイル漬け	10
	ベーコン(冷)	5	砂糖	1	サラダ油	0.2	油	5	洋風スープの素	0.5
	たまねぎ	30	でん粉	0.3	県産豚肉(ミンチ用)	12	<キャベツの甘酢あえ>		塩	0.3
	にんじん	15	<五目豆>		調味酒	1	キャベツ	35	こしょう	0.02
	じゃがいも	40	大豆	7.2	砂糖	0.8	にんじん	5	パセリ	1
	洋風スープの素	0.8	砂糖	0.72	しょうゆ	1	ホールコーン(冷)	5	<春野菜のスープ>	
	塩	0.2	しょうゆ	0.72	にんじん	5	砂糖	2	ベーコン(冷)	5
	こしょう	0.03	角切昆布	1.6	太もやし	20	うすくちしょうゆ	1	にんじん	8
	貝柱(冷)	30	こんにやく	9	こまつな	25	酢	2	じゃがいも	20
	牛乳	40	にんじん	7.2	本みりん	0.5	塩	0.08	キャベツ	20
材	コーンスターチ	2	ちくわ	7.2	しょうゆ	0.8	<田舎汁>		グリーンアスパラガス	7
			砂糖	0.48	<岐阜(ぎふ)味噌汁>		大根	20	洋風スープの素	1
			しょうゆ	1.08	けずり節	1.5	ごぼう	7	塩	0.2
			<すまし汁>		大根	15	こんにやく	10	こしょう	0.02
			えのきだけ	7	赤みそ	8.5	えのきだけ	5	<フルーツ白玉>	
			豆腐	30	豆腐	20	豆腐	20	黄桃(レトルト)	15
			かまぼこ(さくら)	6	なめこ	5	けずり節	1.5	パイン(レトルト)	15
			けずり節	1.5	ねぎ	5	赤みそ	4.25	白玉団子(冷)	25
			うすくちしょうゆ	2			白みそ	4.25	ダイスゼリー(いちご)	15
			塩	0.3			こまつな	10	<チーズ>	
栄 養 価			ほうれん草	10			<ふりかけ>		キャンディチーズ	5
							ふりかけ	2.7		
栄 養 価	エネルギー(Kcal)	635	エネルギー(Kcal)	567	エネルギー(Kcal)	590	エネルギー(Kcal)	605	エネルギー(Kcal)	594
	たんぱく質(g)	28.4	たんぱく質(g)	29.1	たんぱく質(g)	27.6	たんぱく質(g)	28.4	たんぱく質(g)	22.9
	脂質(g)	23.4	脂質(g)	15.8	脂質(g)	17.6	脂質(g)	15.9	脂質(g)	24.6
	食塩相当量(g)	2.6	食塩相当量(g)	1.9	食塩相当量(g)	1.4	食塩相当量(g)	2	食塩相当量(g)	2.4

[illegible]

北地区
使 用 食 材
栄養価