北地区	1日(水)		<u> </u>		6日(月)			7日(火)		8日(水)	ρ. ι
ALPER					11 - 1						
	No. 6	小学校		小学校	No. 1			No. 14	小学校	No. 18	小学校
	<米飯>	176	<赤飯>	179	<黒パン>	77		<米飯>	176	<米飯>	176
	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206
	<ツナライス>		<サケのさつまいも入りきのこあんかけ>		<野菜コロッケ>			<サパの煮つけ>	1 1	<ハヤシライス>	
/=		0.5		40	野菜コロッケ	40	co		Ε0		0.5
使	サラダ油	0. 5	サケ	40		40		サバ	50	サラダ油	0. 5
	たまねぎ	10	塩	0. 1	油	4	6	しょうが	0. 7	牛肉(平切)	25
	にんじん	10	調味酒	0. 15				ねぎ	5	塩	0. 1
	魚のオイル漬け	30	さつまいも	5	 <ポトフ>			ざらめ	1. 5	こしょう	0. 01
	ホールコーン(冷)	5	でん粉	4	たまねぎ	20	24	しょうゆ	3	たまねぎ	50
l				4					3		
用	洋風スープの素	0. 3	米粉	1 1	にんじん	15		本みりん	1	にんじん	15
	塩	0.1	油	4	じゃがいも	40	48	調味酒	4	じゃがいも	40
	こしょう	0. 02	けずり節	0. 3	カットウインナー	20	24] !	ケチャップ	6
1	I		うすくちしょうゆ	0.8	キャベツ	20		<河内のっペ>		ウスターソース	1. 5
	ノまめまめポニしへ					1 :			20		
	 くまめまめポテト>	2 -	本みりん	0.8	洋風スープの素	0.8		鶏肉(切込)	20	塩	0.3
食	サラダ油	0. 5	しめじ	3	塩	0. 1		こんにゃく	10	洋風スープの素	0. 5
	大豆(ゆで)	10	生しいたけ	3	こしょう	0. 01	0.02	大根	20	小麦粉	3. 5
1	枝豆むきみ (冷)	4	でん粉	0. 2				にんじん	10	マーガリン	3.5
	じゃがいも	40		-:- <u>-</u>	くひじきサラダ>			さといも	20	デミグラスソース	15
			/_ H E N A * H \			0.0	0 00			7 = 7 7 / / / /	13
1	洋風スープの素	0. 2	<大根と角麩の煮物>	li	ひじき(米)	1 :		ちくわ	12	I	
材	塩	0. 2	大根	45	大根	30	36	けずり節	1. 5	<小松菜のソテー>	
	こしょう	0. 01	角麩	15	ホールコーン (冷)	5	6	うすくちしょうゆ	3	ベーコン	3
1	カレー粉	0. 01	けずり節	0. 5	ドレッシング(ごま)	7		本みりん	0. 5	キャベツ	20
	1/2 1/3	J. 71		1. 5	1, 2,2,2, (C&)	'	5. 4	砂糖	1 1		25
			砂糖		1			17岁 付店	1.5	こまつな	20
	<白菜スープ>		しょうゆ	2. 5	1] !	塩	0. 2
1	たまねぎ	10	本みりん	0. 2	1			<小松菜の炊いたん>		こしょう	0. 01
1	しめじ	7	こまつな	10				はくさい	20	洋風スープの素	0. 2
1	はくさい	40	_ 5 5.	'*				こまつな	25		"-
			∠Mr ME2LS		1					29 II WENT AL III	
	肉団子	25	<筏師汁>	[[1	1 :		油揚げ	4	<フルーツ盛り合わせ>	
	洋風スープの素	0.8	県産豚肉(平切)	15	1			本みりん	0. 5	黄桃(レトルト)	20
	塩	0. 2	ごぼう	7	1			うすくちしょうゆ	1. 8	パイン(レトルト)	20
	こしょう	0. 01	こんにゃく	10	1			けずり節	0.5	ダイスゼリー(みかん)	30
		0. 01		1	1			1/ 7 7 의	0. 0	ブイスピラー (かかん)	30
I	パセリ	'	にんじん	10	1						
			厚揚げ(冷)	12					1		
	くゼリー>		けずり節	1. 5	1	1 :]		
	ミニゼリー	22	赤みそ	8. 5							
	/		ねぎ	5.5							
I			142	"	1						
I				[1] !		
					1						
I				[1	1 !			1 !		
									1		
]		
									1		
					1				1 !		
			1		1						
]							
			1		1						
			1		1				1 !		
]		
栄養価		小学校		小学校		小学校 中	中学校		小学校		小学校
小皮皿	エネルギー(Kcal)	603	エネルギー(Kcal)	688	エネルギー(Kcal)	663		エネルギー(Kcal)	614	エネルギー(Kcal)	619
I											
I	たんぱく質 (g)	22. 9	たんぱく質 (g)	34	たんぱく質 (g)	21.4	25. 7	たんぱく質(g)	30. 1	たんぱく質 (g)	18. 9
I	脂質(g)	19. 7	脂質(g)	17. 7	脂質(g)	26.8	32.9	脂質(g)	19. 6	脂質(g)	16.6
I	食塩相当量(g)	1. 8	食塩相当量(g)	1. 7	食塩相当量(g)	2. 1		食塩相当量(g)	1. 8	食塩相当量(g)	1. 7
	#H \ b /		~ <u> </u>				,	A = H = = \6/		~ = H = ₹ \ 6 /	<u> </u>

北地区	9日(木)		10日(金)		13日(月)		14日(火	·)	15日(水)	μ.Ζ
4070 KZ	No. 15	小学校	1 1 1 1	小学校	No. 12	小学校	No. 9	小学校	No. 8	小学校
	< 米飯>	176	<米飯>	<u> 176</u>	<米粉コッペパン>	77	< 米飯>	176	────────────────────────────────────	176
						1			*******	206
	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	200
	ノニュー・フルト		/ 古野三佐 3 八卦呀 5				< *** **** ** * * * * * 		→	
	く鶏そぼろ丼>	0.5	<高野豆腐入り酢豚>		<ポークビーンズ>	4.0	<アジの甘だれ>	4.0	<郡上味噌けいちゃん>	0.5
使	サラダ油	0. 5	県産豚肉(2cm角切)	20	大豆	10	アジ	40	サラダ油	0. 5
	しょうが	0. 25	しょうゆ	1	サラダ油	0. 5	しょうが	0.8	しょうが	0. 5
	鶏肉(ミンチ用)	25	しょうが	0. 5	県産豚肉(平切)	15	調味酒	1	にんにく	0. 5
	砂糖	1. 2	高野豆腐	5	たまねぎ	30	しょうゆ	1. 5	鶏肉(2㎝角切)	50
	しょうゆ	1.5	豆乳	6	にんじん	15	でん粉	5	たまねぎ	20
用	いり卵	30	鶏ガラスープの素	0.4	じゃがいも	40	米粉	1 1	キャベツ	20
1	さやいんげん (冷)	5	でん粉	6	ホールトマト(カット)	20	油	4. 5	太もやし	20
	C (0 701770 (7)77	"	油	2. 5	洋風スープの素	0.8	砂糖	1. 2	砂糖	1
	<イカのかりん揚げ>		ル サラダ油	0. 5	砂糖	0.5	しょうゆ	1. 5	しょうゆ	i
		40				1				
_	イカ(たんざく)	40	にんじん	15	塩	0. 15	調味酒	0. 8	調味酒	2
食	しょうが	0.8	たまねぎ	30	こしょう	0. 02			本みりん	0. 5
	調味酒	1	干しいたけ (ホール)	0.8	ケチャップ	6	<白菜の大豆あえ>		赤みそ	2
	しょうゆ	0.8	ピーマン	10	ウスターソース	1.8	こまつな	20	郡上味噌	2
	でん粉	7	酢	2. 4			はくさい	30		
	米粉	1	砂糖	3. 2	<オムレツ>		本みりん	0. 5	<五目豆>	
材	油	5	しょうゆ	4	オムレツ	30	しょうゆ	1.8	大豆	8
l "		1 1	鶏ガラスープの素	0. 16			大豆フレーク	1	砂糖	0.8
	<具だくさん味噌汁>	1	でん粉	0. 4	<野菜のソテー>		,,,,,,		しょうゆ	0.8
	大根	20	C701/J	JT	サラダ油	0.5	<いものこ汁>		角切昆布	1
		5	ノエンはいルノホルルギン		太もやし			0.5		
	にんじん		<チンゲンサイの炒め物>	ا م د		20	サラダ油	0. 5	こんにゃく	10
	さといも	20	サラダ油	0. 5	ホールコーン(冷)	8	さといも	20	ごぼう	8
	豆腐	15	チンゲンサイ	20	こまつな	25	ごぼう	5	にんじん	8
	はくさい	15	太もやし	25	洋風スープの素	0. 2	にんじん	10	ちくわ	8
	カットわかめ	0. 3	塩	0. 2	塩	0. 1	こんにゃく	10	砂糖	0. 5
	けずり節	1. 5	こしょう	0. 01	こしょう	0. 01	しめじ	8	しょうゆ	1. 2
	赤みそ	4	しょうゆ	0. 3			厚揚げ(冷)	12		
	白みそ	4	鶏ガラスープの素	0. 2	<ヨーグルト>		けずり節	1.5	<うずら卵のすまし汁>	
]]	, my / 2 / 2 / 7 / 7 / 7 / 7 / 7 / 7 / 7 / 7	"-	ヨーグルト	70	塩	0.3	干しいたけ(スライス)	0. 5
	<みかん>		ノにらたまフープへ		7721	,,,			豆腐	15
			くにらたまスープ>				しょうゆ	2		10
	みかん	55	きくらげ (スライス)	1			ねぎ		うずら卵(水煮)	20
			えのきだけ	7			でん粉	1	けずり節	1. 5
			鶏ガラスープの素	0.8					塩	0. 3
			うすくちしょうゆ	1			<みかん>		うすくちしょうゆ	2
			塩	0. 2			みかん	55	ほうれん草	10
			こしょう	0. 02						
		1	でん粉	0. 5						
			液卵	20						
			にら	10						
			1-0	10						
		1								
栄養価		小学校		小学校		小学校		小学校		小学校
	エネルギー(Kcal)	670	エネルギー(Kcal)	587	エネルギー(Kcal)	616	エネルギー (Kcal)	604	エネルギー(Kcal)	625
	たんぱく質 (g)	30. 2	たんぱく質 (g)	23. 4	たんぱく質(g)	30. 2	たんぱく質 (g)	23. 1	たんぱく質 (g)	30.5
	脂質(g)	21.8	脂質(g)	18	脂質(g)	19. 5	脂質(g)	16. 3	脂質(g)	19. 1
	食塩相当量(g)	2	食塩相当量(g)	2.5	食塩相当量(g)	2. 7	食塩相当量(g)	1.6	食塩相当量(g)	2. 2
			KTHITE (8/	۷. ۷۱	ᄎᅋᇜᅴᆂ \ S /	4.71	区型旧口里(5/	1.0	KTHITE \ 5 /	1 4.41

北地区	16日(木)		<u> </u>		20日(月)		21日(火)		22日(水)	μ.υ
사地스		小学技	No. 10	小兽块		小学技	No. 17	小岛拉 中岛拉	No. 13	小兽状!
		小学校		小学校	No. 16	小学校		小学校 中学校		小学校
	<ソフト麺>	180	<米飯>	176	<小型パン>	42	<米飯>		<米飯>	176
	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206 206	<牛乳>	206
	くきのこあん>]	くふきよせごはん>		<焼きそば>		<豚肉のあんからめ>]	<麻婆豆腐>	
使	サラダ油	0. 5	サラダ油	0. 5	サラダ油	0. 5	県産豚肉(2cm角切)	50 60	サラダ油	0.5
	しょうが	0. 2	鶏肉(切込・細かめ)	15	県産豚肉(焼きそば用)	20	調味酒	1 1 2	にんにく	0.1
	県産豚肉(平切)	20	ごぼう	7	塩	0.5	しょうが		しょうが	1
	調味酒	0.8	にんじん	10	こしょう	0.04	しょうゆ		県産豚肉(ミンチ用)	20
		0.0		l i		1				100
I	しょうゆ	1	県産干しいたけ(ホール)	1	にんじん	15	米粉		豆腐(冷)	
用	たまねぎ	30	油揚げ	3	キャベツ	50	でん粉		しょうゆ	3 3
	にんじん	10	砂糖	0. 5	中華麺(蒸し麺)	70	油		調味酒	
	干しいたけ(スライス)	0.6	しょうゆ	2	ウスターソース	5. 5	ウスターソース	1. 7 2. 04	赤みそ	3
	きくらげ (スライス)	1	調味酒	1	焼きそばソース	6	砂糖	2.8 3.36	砂糖	0.6
	しめじ	8	くりの甘露煮	8	紅しょうが	1. 5	しょうゆ		豆板醤	0.4
食	えのきだけ	8	本みりん	0. 5	粉かつお	0.3	でん粉	0. 2 0. 24		0. 2
1	鶏ガラスープの素	0.8	枝豆むきみ (冷)	3	青のり粉	0. 2	鶏ガラスープの素	1	塩 鶏ガラスープの素	0.6
	河のノヘ ノの糸	0. 8	IX II CON (M)		F 77 777	J V. 2	病カラヘーラの系 ごま油	1	病カラスーラの系 でん粉	0.0
	(年) ここ				2 m () = 1 ± 45 = ± 45 U · · ·		こま油	0.0 0.6		1 '1
	こしょう	0. 03	<シシャモのもみじ揚げ>		【<切り干し大根の中華炒め>		1.4.4.4.11.4.4.4.4.4.4.4.4.4.4.4.4.4.4.	1	にら	10
1	しょうゆ	3	シシャモ	24	ごま油	0.4	<白菜の柚子香あえ>		ごま油	1
材	調味酒	0. 5	にんじん	7	切り干し大根(せん)	3	はくさい	30 36		
	でん粉	3	小麦粉	7	しょうゆ	0.9	こまつな	20 24	<甘エビのから揚げ>	
			米粉	1	調味酒	0.8	うすくちしょうゆ	1. 2 1. 44	甘エビ (粉付き)	30
	<大学芋>		油	4	厚揚げ(冷)	25	本みりん	0.5 0.6		3
	さつまいも	50		[[チンゲンサイ	20	上之保ゆず果汁	2 2.4		[
	油	1.5	<岐福(ぎふ)味噌汁>		オイスターソース	1.5		-	<辣白菜>	
	砂糖	3.8	へ収価 (さか) 味噌 バン えのきだけ	5	調味酒	0.8	ノ吐噌はたもとはへ		へ殊口米 / しょうが	0. 5
				1 :		1 :	<味噌けんちん汁>			1 :
	しょうゆ	0. 6	大根	10	塩	0.08	サラダ油		にんじん	4
	黒ごま(いり)	0.3	豆腐	15	こしょう	0. 01	ごぼう		はくさい	45
			カットわかめ	0. 5	でん粉	0. 15	こんにゃく		塩	0. 2
			けずり節	1. 5			にんじん	7 8.4	サラダ油	1
	<厚揚げのオイスターソース炒め>		赤みそ	8	<豆乳杏仁豆腐>		さといも	20 24	赤とうがらし	0.02本
	サラダ油	0. 5	こまつな	10	豆乳杏仁豆腐(冷)	35	豆腐		酢	2
	にんにく	0. 1	1 -		黄桃(レトルト)	25	油揚げ		砂糖	1 1
	チンゲンサイ	20	<りんご>		パイン(レトルト)	20	けずり節	1.5 1.8	FA11 FA11	'
	太もやし	25	りんご(袋)	30	ハーン(レドルド)	20	赤みそ	8.5 10.2		
			ッんこ(衣)	30						
	厚揚げ(冷)	20					ねぎ	7. 0 8. 4		
	塩.	0.1								
	こしょう	0. 01								
	オイスターソース	1. 5								
	しょうゆ	0. 5								
	鶏ガラスープの素	0. 2								
	1									
	1									
		<u> </u>				<u> </u>		<u> </u>		
栄養価		小学校		小学校		小学校		小学校 中学校		小学校
	エネルギー(Kcal)	674	エネルギー(Kcal)	614	エネルギー(Kcal)	587	エネルギー(Kcal)		エネルギー(Kcal)	612
	たんぱく質 (g)	28. 3	たんぱく質 (g)	25. 8	たんぱく質 (g)	23	たんぱく質 (g)		ー・ル((tidat) たんぱく質(g)	29. 8
	指質(g)	16. 4	脂質(g)	18. 6	脂質(g)	18. 3	指質(g)	25. 8 29. 6	脂質(g)	19.5
				1		18.3				2.1
	食塩相当量(g)	2. 3	食塩相当量(g)	1.6	食塩相当量(g)	ა	食塩相当量(g)	1. 9 2. 2	食塩相当量(g)	Z. I

北地区	<u> </u>		<u> 子牧和良脉丛</u> 27日(月	27日(月)		28日(火)		29日(水)		p.4 30日(木)	
	No. 19	小学校	No. 7	小学校	No. 4	小学校	No. 3	小学校	No. 20	小学校	
	<米飯>	176	<コッペパン>	77	<米飯>	176	<米飯>	176	<一食うどん>	175	
	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206	
	<イワシの紀州煮>		くカレーシチュー >		 <関東煮>		 <和風おろしハンパーグ>		<卵とじうどん>		
使	イワシ(ドレス)	30	サラダ油	0. 5	角切昆布	0.8	ハンバーグ	60	鶏肉(切込)	18	
i.C	しょうが	0. 7	にんにく	0. 2	こんにゃく	20	たまねぎ	10	干しいたけ(スライス)	0. 5	
	ざらめ	1.5	157015へ 鶏肉(2cm角切)	25	大根	45	しょうが	10	にんじん	8	
				0.1				2			
	しょうゆ	2. 5	塩		さといも (大)	25	砂糖	-:	油揚げ	3	
-	本みりん	2. 5	こしょう	0. 01	がんもどき	15	しょうゆ	2. 4	かまぼこ	12	
用	調味酒	4	たまねぎ	40	ちくわ	10	本みりん	0.8	けずり節	2	
	梅干し	2. 5	にんじん	15	うずら卵(水煮)	20	大根	20	塩	0. 5	
		İ	じゃがいも	50	けずり節	1.5		l l	うすくちしょうゆ	3	
	くじゃがいものきんぴら>	ļ	塩	0. 3	砂糖	0.5	くさといものごまあえ>		でん粉	0.3	
	サラダ油	0. 5	洋風スープの素	0.8	本みりん	0. 5	さといも	50	液卵	30	
食	にんじん	10	サイコロチーズ	4	しょうゆ	4	けずり節	0. 3	ほうれん草	10	
~	つきだしこんにゃく	10	ケチャップ	2			砂糖	1. 2	.5. 7.15.0	'~	
	じゃがいも	30	ウスターソース	2	<レバーの煮つけ>		本みりん	0.4	くさつまいもチップス>		
			マーガリン	2 3		30				20	
	あげはんぺん	10			レバーの煮つけ	30	しょうゆ	2	さつまいも	30	
	さやいんげん (冷)	5	小麦粉	3			すりごま	2	油	3	
材	砂糖	1	カレー粉	0.4	く切り干し大根のおかかあえ				塩	0. 1	
	しょうゆ	1. 7	脱脂粉乳	4	切り干し大根(せん)	3	<粕汁>				
	塩	0. 05			にんじん	5	鶏肉(切込)	10	<大根とツナの煮物>		
	白ごま(いり)	1	くフライビーンズ>		油揚げ	3	ごぼう	8	大根	50	
	一味とうがらし	ļ	大豆	10	砂糖	0.5	にんじん	10	魚のオイル漬け	12	
	= 7 2.2	ļ	でん粉	1. 33	しょうゆ	1	こんにゃく	10	けずり節	0. 5	
	<こぶ汁>	ļ	油	1: 00	けずり節	0.5	厚揚げ(冷)	10	砂糖	1	
	ごぼう	7	塩	0.08	ほうれん草	20		1.5	しょうゆ	1. 2	
			塩	υ. υδ		1 :		1. 0			
	大根	15	, L. III . II - 125		しょうゆ	0.8	調味酒	!!	さやいんげん(冷)	5	
	せん切り昆布	0.7	<大根サラダ>		花かつお	0.3	赤みそ	4			
	しめじ	10	大根	35			白みそ	4			
	油揚げ	3	きゅうり	10	<ふりかけ>		酒粕	4			
	豆腐	20	ホールコーン(冷)	10	ふりかけ	2. 5	ねぎ	7			
	けずり節	1. 5	ドレッシング	6							
	塩	0. 3		- -							
	しょうゆ	2									
	O 5 717	-									
	<みかん>	ļ									
		EF									
	みかん	55									
		İ									
		ļ									
		į				1 !					
		ļ									
		ļ									
養価		小学校		小学校		小学校		小学校		小学校	
戊 川	エネルギー(Kcal)	589	エネルギー (Kcal)	605	エネルギー (Kcal)	586	エネルギー(Kcal)	656	エネルギー(Kcal)	585	
	たんぱく質 (g)	25. 9	たんぱく質 (g)	27. 6	たんぱく質 (g)	26. 1	たんぱく質 (g)	25. 7	たんぱく質 (g)	28. 3	
	脂質(g)	12. 1	脂質(g)	21. 7	脂質(g)	15. 5	脂質(g)	19. 5	脂質(g)	18. 7	
	食塩相当量(g)	1. 9	食塩相当量(g)	2. 8	食塩相当量(g)	2. 2	食塩相当量(g)	2. 2	食塩相当量(g)	1.8	

北地区	¬和♥+11万刀 啖半中子牧和支献型 p.5							
	◇米は岐阜県産を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。							
使	◇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。							
食	◇麦飯は、【米10:麦1】の比率です。							
材	◇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。							
	◇主な食材の産地は、岐阜市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―プの一部助成を受けています。							
	◇毎月19日は、「食育の日」です。							
栄養価	校							