令和6年2月分　岐阜市学校給食献立

北地区	1日(木)		2日(金)		5日(月)		6日(火)		7日(水)	
	No.1	小学校	No.2	小学校	No.7	小学校	No.4	小学校	No.16	小学校
	＜一食うどん＞	175	**＜米飯＞**	176	**＜黒パン＞**	91	**＜米飯＞**	176	**＜米飯＞**	176
	＜牛乳＞	206	**＜牛乳＞**	206	**＜牛乳＞**	206	**＜牛乳＞**	206	**＜牛乳＞**	206
	＜かやくうどん＞		**＜イワシの梅煮＞**		**＜ビーンズシチュー＞**		**＜シシャモの天ぷら＞**		**＜豚肉のあんからめ＞**	
使	鶏肉（切込）	15	イワシ（ドレス）加圧加工あり	30	大豆	6	シシャモ	24	県産豚肉(2cm角切)	60
	干しいたけ（スライス）	0.5	イワシ（ドレス）加圧加工なし		サラダ油	0.5	小麦粉	8	調味酒	1
	にんじん	8	しょうが	0.7	鶏肉（切込）	15	米粉	1	しょうが	0.6
	油揚げ	3	ざらめ	1.5	塩	0.1	油	3	しょうゆ	0.5
	けずり節	2	しょうゆ	2.5	こしょう	0.01			米粉	1
用	塩	0.3	本みりん	3	たまねぎ	40	**＜肉じゃが＞**		でん粉	7
	しょうゆ	3	調味酒	4	にんじん	15	サラダ油	0.5	油	4
	こまつな	10	梅干し	2.5	じゃがいも	40	県産豚肉(平切)	15	ウスターソース	1.7
					サイコロチーズ	4	たまねぎ	30	砂糖	2.8
	＜ちくわの磯辺揚げ＞		**＜切り干し大根とツナの煮つけ＞**		洋風スープの素	1	にんじん	10	しょうゆ	1.4
食	ちくわ	40	切り干し大根（せん）	5	塩	0.3	じゃがいも	40	鶏ガラスープの素	0.5
	青のり粉	0.2	砂糖	0.5	こしょう	0.03	砂糖	0.8	でん粉	0.2
	小麦粉	8	うすくちしょうゆ	1.5	マーガリン	3	しょうゆ	2.4	ごま油	0.5
	米粉	2	けずり節	0.5	小麦粉	3	けずり節	0.5		
	油	4	魚のオイル漬け	10	カレー粉	0.2	さやいんげん（冷）	5	**＜ブロッコリーのおかかあえ＞**	
材			さやいんげん（冷）	5	脱脂粉乳	5			ブロッコリー	20
	＜含め煮＞				パセリ	1	**＜かきたま汁＞**		キャベツ	20
	サラダ油	0.5	**＜豚汁＞**				干しいたけ（スライス）	0.5	にんじん	5
	ごぼう	10	県産豚肉(平切)	10	**＜キャベツのソテー＞**		えのきだけ	7	けずり節	0.3
	こんにゃく	15	ごぼう	7	サラダ油	0.3	豆腐	30	しょうゆ	1.5
	れんこん	15	こんにゃく	10	ホールコーン（冷）	5	液卵	15	本みりん	0.5
	にんじん	7	にんじん	7	しめじ	8	けずり節	1.5	花かつお	0.3
	はんぺん(ひじき)	15	じゃがいも	20	キャベツ	35	うすくちしょうゆ	2		
	砂糖	1.2	油揚げ	3	塩	0.2	塩	0.3	**＜豆腐の味噌汁＞**	
	しょうゆ	2	豆腐	15	こしょう	0.01	ほうれん草	10	えのきだけ	7
	けずり節	0.5	けずり節	1.5			でん粉	0.6	豆腐	30
	さやいんげん（冷）	5	赤みそ	8.5	**＜フルーツ盛り合わせ＞**				油揚げ	3
			ねぎ	7	黄桃（レトルト）	20	**＜のりの佃煮＞**		カットわかめ	0.5
					パイン（レトルト）	20	のりの佃煮	10	けずり節	1.5
			＜いり豆＞		カットゼリー	30			赤みそ	4
			大豆（いり）	6					白みそ	4
									ねぎ	7
栄養価		小学校		小学校		小学校		小学校		小学校
	エネルギー（Kcal）	592	エネルギー（Kcal）	633	エネルギー（Kcal）	695	エネルギー（Kcal）	639	エネルギー（Kcal）	713
	たんぱく質（g）	27.3	たんぱく質（g）	31.7	たんぱく質（g）	26.5	たんぱく質（g）	28.6	たんぱく質（g）	29.6
	脂質（g）	17	脂質（g）	15.8	脂質（g）	19.8	脂質（g）	18.7	脂質（g）	27.6
	食塩相当量（g）	2.3	食塩相当量（g）	2	食塩相当量（g）	2.4	食塩相当量（g）	1.9	食塩相当量（g）	2.1

令和6年2月分　岐阜市学校給食献立

北地区	8日(木)		9日(金)		13日(火)		14日(水)		15日(木)	
	No.12	小学校	No.3	小学校	No.17	小学校	No.9	小学校	No.8	小学校
	＜米飯＞	176	**＜米飯＞**	176	**＜米飯＞**	176	**＜米飯＞**	176	**＜米飯＞**	176
	＜牛乳＞	206	**＜牛乳＞**	206	**＜牛乳＞**	206	**＜牛乳＞**	206	**＜牛乳＞**	206
	＜豆腐チゲ＞		**＜大根と豚肉の煮物＞**		**＜エビのチリソース煮＞**		**＜大豆入りツナごはん＞**		**＜郡上味噌けいちゃん＞**	
使	ごま油	0.3	県産豚肉(平切)	25	サラダ油	0.5	大豆	8	サラダ油	0.5
	県産豚肉(ミンチ用)	20	大根	70	むきエビ	40	砂糖	0.8	しょうが	0.5
	しょうが	0.3	砂糖	1.2	調味酒	0.5	しょうゆ	0.8	にんにく	0.5
	調味酒	0.5	しょうゆ	2.8	にんにく	0.2	サラダ油	0.3	鶏肉(２cm角切)	50
	しょうゆ	1	調味酒	1	しょうが	0.1	にんじん	8	たまねぎ	20
用	豆板醤	0.3	本みりん	1	たまねぎ	25	魚のオイル漬け	25	キャベツ	20
	干しいたけ（スライス）	0.5	塩	0.05	厚揚げ（冷）	20	砂糖	1	太もやし	20
	はくさい	30	けずり節	0.5	チリソース	3	しょうゆ	1.2	しょうゆ	1
	えのきだけ	10	さやいんげん（冷）	5	ケチャップ	6	本みりん	0.5	調味酒	2
	にら	5			砂糖	1	しょうが	0.5	本みりん	0.5
食	豆腐(冷)	50	**＜小松菜のごまあえ＞**		しょうゆ	0.4			砂糖	1
	鶏ガラスープの素	0.8	こまつな	25	塩	0.1	**＜じゃがいものきんぴら＞**		郡上味噌	2
	しょうゆ	2	太もやし	15	でん粉	0.6	サラダ油	0.5	赤みそ	2
			にんじん	7	ピーマン	5	ごぼう	5		
	＜韓国風卵焼き＞		けずり節	0.3			つきだしこんにゃく	7	**＜ひじきの炒め煮＞**	
材	韓国風卵焼き（ケランマリ）	40	うすくちしょうゆ	1.8	**＜チンゲンサイの中華炒め＞**		にんじん	10	サラダ油	0.4
			本みりん	0.5	ごま油	0.5	じゃがいも	30	ひじき（長）	3
	＜ナムル＞		白ごま(いり)	0.5	県産豚肉(平切)	10	あげはんぺん	10	にんじん	7
	ごま油	0.5	すりごま	1	切り干し大根（せん）	3	砂糖	0.8	高野豆腐（細）	2
	太もやし	30			しょうゆ	1	しょうゆ	1.8	油揚げ	3
	ほうれん草	20	**＜なめこの岐福（ぎふ）味噌汁＞**		にんじん	5	塩	0.05	ちくわ	7
	にんじん	7	なめこ	10	チンゲンサイ	20	さやいんげん（冷）	3	砂糖	1
	酢	1.5	油揚げ	3	オイスターソース	0.8	白ごま(いり)	1	しょうゆ	2
	しょうゆ	1.8	豆腐	30	塩	0.08	一味とうがらし		けずり節	0.5
	砂糖	0.8	カットわかめ	0.5	こしょう	0.01			枝豆むきみ（冷）	5
			けずり節	1.5			**＜みぞれ汁＞**			
	＜ヨーグルト＞		赤みそ	8	**＜豆苗の卵スープ＞**		大根	35	**＜たぬき汁＞**	
	ヨーグルト	80	ねぎ	7	干しいたけ（スライス）	0.5	えのきだけ	7	サラダ油	0.5
					たけのこ（レトルト）	10	豆腐	30	しょうが	0.2
			＜納豆＞		きくらげ（スライス）	0.5	干しいたけ（スライス）	0.5	こんにゃく	15
			糸引納豆（タレ付）	30	糸かまぼこ(冷)	5	けずり節	1.5	ごぼう	7
					液卵	25	塩	0.3	大根	20
					鶏ガラスープの素	0.8	うすくちしょうゆ	2	豆腐	25
					調味酒	0.3	こまつな	10	けずり節	1.5
					塩	0.15			塩	0.3
					こしょう	0.01			しょうゆ	1.8
					うすくちしょうゆ	0.5			ねぎ	7
					でん粉	0.5			でん粉	1
					とうみょう	3				
栄養価		小学校		小学校		小学校		小学校		小学校
	エネルギー（Kcal）	624	エネルギー（Kcal）	599	エネルギー（Kcal）	582	エネルギー（Kcal）	598	エネルギー（Kcal）	609
	たんぱく質（g）	27.7	たんぱく質（g）	31	たんぱく質（g）	29	たんぱく質（g）	24.4	たんぱく質（g）	28.9
	脂質（g）	16.9	脂質（g）	18.3	脂質（g）	15.5	脂質（g）	18.7	脂質（g）	18.3
	食塩相当量（g）	1.7	食塩相当量（g）	2	食塩相当量（g）	2	食塩相当量（g）	1.8	食塩相当量（g）	2

令和6年2月分　岐阜市学校給食献立

北地区	16日(金)		19日(月)		20日(火)		21日(水)		22日(木)	
	No.5	小学校	No.18	小学校	No.13	小学校	No.6	小学校	No.10	小学校
	＜米飯＞	176	**＜食パン＞**	91	**＜米飯＞**	176	**＜米飯＞**	176	**＜ソフト麺＞**	180
	＜牛乳＞	206	**＜牛乳＞**	206	**＜牛乳＞**	206	**＜牛乳＞**	206	**＜牛乳＞**	206
	＜じゃこ飯＞		**＜肉団子のケチャップ煮＞**		**＜鶏肉のから揚げ＞**		**＜関東煮＞**		**＜ミートソース＞**	
使	ごま油	0.5	サラダ油	0.3	鶏肉（２cm角切）	60	角切昆布（関東煮用）	0.8	サラダ油	0.5
	しらす干し（冷）	5	たまねぎ	25	しょうが	0.6	大根	50	にんにく	0.1
	調味酒	1.2	にんじん	10	調味酒	1	こんにゃく	15	しょうが	1
	大根葉(乾燥)	3.5	ピーマン	5	しょうゆ	2	さといも（大）	25	県産豚肉(ミンチ用)	20
	うすくちしょうゆ	0.8	ケチャップ	5	でん粉	5	がんもどき	15	塩	0.2
用	白ごま(いり)	1	トマトピューレ	5	米粉	3	ちくわ	12	こしょう	0.06
			ウスターソース	2	油	6	うずら卵(水煮)	20	たまねぎ	40
	＜黒豆入りかき揚げ＞		砂糖	1			けずり節	1.5	にんじん	15
	ごぼう	7	肉団子	50	**＜菜の花のおひたし＞**		砂糖	0.5	マッシュルーム（水煮）	5
	たまねぎ	10	でん粉	0.5	なばな	15	本みりん	1	砂糖	2
食	ちくわ	10			太もやし	35	しょうゆ	4	ウスターソース	6
	黒豆	5	**＜ビーンズサラダ＞**		ホールコーン（冷）	5			洋風スープの素	1.2
	くきわかめ（冷）	5	キャベツ	20	けずり節	0.5	**＜レバーの煮つけ＞**		サイコロチーズ	4
	調味酒	1	ホールコーン（冷）	7	うすくちしょうゆ	1.8	レバーの煮つけ	25	マーガリン	3
	塩	0.05	大豆(ゆで)	7	本みりん	0.5			小麦粉	3
材	小麦粉	10	枝豆むきみ（冷）	7			**＜そぼろ炒め＞**		トマトソース	20
	米粉	2	ドレッシング（コーン）	7	**＜岐福（ぎふ）味噌汁＞**		サラダ油	0.2	トマトピューレ	8
	油	5			切り干し大根（せん）	2	県産豚肉(ミンチ用)	12		
			＜かぶのスープ＞		じゃがいも	30	調味酒	1	**＜野菜チップス＞**	
	＜ばち汁＞		ベーコン	5	油揚げ	3	砂糖	0.8	さつまいも	40
	にんじん	10	しめじ	10	カットわかめ	0.5	しょうゆ	1	れんこん	
	干しいたけ（スライス）	0.5	えのきだけ	10	けずり節	1.5	にんじん	5	油	2
	しめじ	10	かぶ	30	赤みそ	8	太もやし	20	塩	0.1
	厚揚げ（冷）	12	洋風スープの素	0.8	ねぎ	7	こまつな	25		
	ばち	5	塩	0.2			本みりん	0.5	**＜コーンもやし＞**	
	けずり節	1.5	こしょう	0.01	**＜ふりかけ＞**		しょうゆ	0.8	太もやし	35
	うすくちしょうゆ	2	うすくちしょうゆ	1	ふりかけ	2.8			ホールコーン（冷）	12
	塩	0.3	ほうれん草	10			**＜いよかん＞**		洋風スープの素	0.15
	こねぎ	3					いよかん（袋）	30	塩	0.2
			＜チョコクリーム＞						こしょう	0.01
	＜ゼリー＞		チョコクリーム	10						
	ミニゼリー	23								
	ゼリー									
栄養価		小学校		小学校		小学校		小学校		小学校
	エネルギー（Kcal）	613	エネルギー（Kcal）	663	エネルギー（Kcal）	666	エネルギー（Kcal）	604	エネルギー（Kcal）	686
	たんぱく質（g）	20	たんぱく質（g）	26.4	たんぱく質（g）	29	たんぱく質（g）	28.4	たんぱく質（g）	25.5
	脂質（g）	17.3	脂質（g）	24.1	脂質（g）	22.1	脂質（g）	16.6	脂質（g）	19.6
	食塩相当量（g）	1.8	食塩相当量（g）	3.3	食塩相当量（g）	1.9	食塩相当量（g）	1.9	食塩相当量（g）	2.5

令和6年2月分　岐阜市学校給食献立

北地区	26日(月)		27日(火)		28日(水)		29日(木)	
	No. 15	小学校	No. 20	小学校	No. 14	小学校	No. 11	小学校
	＜小型パン＞小1・2年・中学	42	**＜米飯＞**	176	**＜米飯＞**	176	**＜コッペパン＞**	91
	＜コッペパン＞小3～6年	63	**＜牛乳＞**	206	**＜牛乳＞**	206	**＜牛乳＞**	206
	＜牛乳＞	206						
			＜東坡肉（トンポーロウ）＞		**＜ハヤシライス＞**		**＜白菜のクリームスープ＞**	
使	**＜揚げパン＞**		県産豚ロース(角切)	60	サラダ油	0.5	鶏肉（切込）	20
	油	6	しょうが	0.7	牛肉(平切)	25	たまねぎ	10
	シナモンシュガー	6	ねぎ	5.0	塩	0.1	にんじん	10
			調味酒	3.6	こしょう	0.01	はくさい	40
	＜焼きビーフン＞		ざらめ	3.6	たまねぎ	50	洋風スープの素	0.8
用	サラダ油	0.5	たまり	3.6	にんじん	15	塩	0.2
	県産豚肉(平切)	20	本みりん	3.6	じゃがいも	40	こしょう	0.02
	しょうが	0.6	五香粉	0.01	ケチャップ	6	牛乳	40
	ねぎ	2	でん粉	0.4	ウスターソース	1.5	米粉	3
	しょうゆ	0.5			塩	0.3		
食	調味酒	0.5	**＜バンサンスー＞**		洋風スープの素	0.5	**＜フライビーンズ＞**	
	にんじん	10	キャベツ	30	小麦粉	3.5	大豆	15
	たけのこ（レトルト）	8	にんじん	7	マーガリン	3.5	でん粉	2
	干しいたけ（スライス）	0.5	きくらげ（スライス）	0.6	デミグラスソース	15	油	1.5
	きくらげ（スライス）	0.8	はるさめ	3			塩	0.12
材	たまねぎ	20	塩	0.1	**＜豆のマリネ＞**			
	キャベツ	30	砂糖	1.5	大豆	10	**＜グリーンポテト＞**	
	ピーマン	6	酢	1.5	砂糖	1	じゃがいも	60
	鶏ガラスープの素	0.5	うすくちしょうゆ	1.2	うすくちしょうゆ	0.75	塩	0.15
	砂糖	0.2	白ごま(いり)	1	たまねぎ	6	こしょう	0.01
	塩	0.1	ごま油	0.25	パプリカ（赤）	3.6	パセリ（乾）	0.05
	こしょう	0.01			オリーブ油	1.5		
	しょうゆ	1.2	**＜五目スープ＞**		砂糖	0.72	**＜ミルメーク＞**	
	ビーフン	20	太もやし	10	塩	0.24	ミルメーク	12.5
			たけのこ（レトルト）	5	こしょう	0.01		
	＜豆乳杏仁豆腐＞		干しいたけ（スライス）	0.5	酢	2.4		
	豆乳杏仁豆腐(冷)	30	鶏ガラスープの素	0.8	パセリ	0.36		
	パイン（レトルト）	20	塩	0.3				
	黄桃（レトルト）	20	こしょう	0.01	**＜コーンキャベツ＞**			
			豆腐	30	キャベツ	35		
	＜小魚＞		カットわかめ	0.5	ホールコーン（冷）	10		
	味付き小魚	5	ほうれん草	10	洋風スープの素	0.1		
					塩	0.2		
					こしょう	0.01		
栄養価		小学校		小学校		小学校		小学校
	エネルギー（Kcal）	635	エネルギー（Kcal）	642	エネルギー（Kcal）	641	エネルギー（Kcal）	654
	たんぱく質（g）	24.1	たんぱく質（g）	26.3	たんぱく質（g）	22.9	たんぱく質（g）	28.4
	脂質（g）	21.4	脂質（g）	22.4	脂質（g）	19.7	脂質（g）	21.2
	食塩相当量（g）	1.8	食塩相当量（g）	1.9	食塩相当量（g）	1.7	食塩相当量（g）	2.1

◇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。

◇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。

◇麦飯は、【米10:麦1】の比率です。

◇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。

◇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グループの一部助成を受けています。

◇毎月19日は、「食育の日」です。

食塩相当量（g）