

令和5年4月分 岐阜市学校給食献立

		10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	17日(月)	18日(火)	19日(水)
使	<米飯>	176	<米飯>	176	<米粉食パン>	91	<米飯>	176	<米飯>
	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>
用	<和風ハンバーグ>	60	<ちくわの湯辺揚げ>	40	<ポークビーンズ>	10	<カレーライス>	60	<揚げシューマイ>
	ハンバーグ	10	ちくわ	0.2	大豆	0.5	サラダ油	0.6	シューマイ
食	たまねぎ	1	青のり粉	8.5	サラダ油	0.5	しょうが	0.2	だし
	しょうが	1	小麦粉	1.5	鶏産豚肉(平切)	15	しょうが	0.1	しょうゆ
材	砂糖	1.6	米粉	5	たまねぎ	30	調味酒	0.5	ごま油
	しょうゆ	2.4	油	5	にんじん	15	塩	0.2	にんじん
	本みりん	0.8	<たけのこのおかか煮>	7	じゃがいも	40	こしょう	0.05	米粉
	<沢あざみのきんぴら>	0.5	ホー尔特マト(カ)	20	たまねぎ	40	油	5	本みりん
	サラダ油	8	ごぼう	7	にんじん	15	<うひじきの炒め煮>	4	うすくちしょうゆ
	にんじん	8	たけのこ(レトルト)	25	じゃがいも	50	サラダ油	0.4	塩
	つきだしこんにゃ	20	こんにゃく	15	サイコロチーズ	4	ひじき(長)	0.5	にんじん
	沢あざみ	15	洋風スープの素	10	塩	0.8	にんじん	7	しらたき
	あげはんぺん	7	洋風スープの素	0.15	洋風スープの素	1.2	にんじん	7	砂糖
	砂糖	1	こしょう	0.02	リンゴペースト	3	つきだしこんにゃ	20	しょうゆ
	しょうゆ	2	<オムレツ>	0.5	ケチャップ	2	油揚げ	3	しょうゆ
	調味酒	2	オムレツ	30	小麦粉	4	ちくわ	5	しょうゆ
	<アサリの味噌(巻)味噌汁>	15	<かきたま汁>	0.5	<キャベツのソテー>	0.3	しょうゆ	0.9	けずり節
	アサリ(むきみ)	20	干しいたけ(スライス)	1.5	サラダ油	35	枝豆むきみ(冷)	5	さやいんげん(冷)
	豆腐	0.5	豆腐	30	キャベツ	7	<茗竹汁>	10	たけのこ(レトル)
	カットわかめ	0.5	けずり節	1.5	ホールコン(冷)	7	かまぼこ	7	かまぼこ
	赤みそ	8	うすくちしょうゆ	0.2	グリーンアスパラガス	7	大豆	15	豆腐
	けずり節	1.5	塩	0.6	大豆	0.2	えのきだけ	7	カットわかめ
	こまつな	10	液卵	15	塩	0.01	豆腐	15	けずり節
	<ゼリー>		でん粉	0.6	こしょう	0.3	カットわかめ	0.5	うすくちしょうゆ
	ミニゼリー	23	ほうれん草	10	<ジャム>	15	たまねぎ	4.25	塩
	エネルギー(Kcal)	598	ほうれん草	10	岐阜市産イチゴジ	0.6	白みそ	4.25	調味酒
	食塩相当量(g)	2.1	パセリ	0.3	パプリカ	0.2	けずり節	1.5	みつば
			<福神漬>	10	砂糖	0.2			
			福神漬		こしょう	0.01			
			<お祝いデザート>	35	酢	2			
			デザート		パセリ	0.3			
	エネルギー(Kcal)	598	パセリ	0.3	パセリ	0.3			
	食塩相当量(g)	2.1	パセリ	0.3	パセリ	0.3			

		20日(木)	21日(金)	24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)
使	<ソフト麺>	180	<米飯>	176	<コッパパン>	91	<米飯>	176
	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206
用	<ミートソース>	0.5	<小いわしのから揚げ>	35	<ウィンナーのソースかけ>	30	<豚肉の味噌炒め>	30
	サラダ油	0.1	小いわし	0.7	ウィンナー(冷)	2	サラダ油	0.5
食	にんにく	1	しょうゆ	0.3	ケチャップ	0.5	ニジマス	0.2
	しょうが	1	しょうが	0.7	ウスターソース	1	調味酒	1
材	砂糖	20	調味酒	0.7	砂糖	0.5	小麦粉	9
	塩	0.2	でん粉	5	キャベツ	0.2	米粉	10
	こしょう	0.06	油	3.5	ねぎ	10	米	0.2
	たまねぎ	40	<角麩の煮つけ>	15	赤みそ	3	よもぎ(乾)	1
	にんじん	15	ごぼう	10	しょうゆ	1	油	4
	サイコロチーズ	4	キャベツ	30	調味酒	1.2	でん粉	7
	砂糖	2	こんにゃく	10	砂糖	0.3	調味酒	0.8
	洋風スープの素	1.2	にんじん	10	ベーコン(冷)	5	サラダ油	0.2
	ウスターソース	6	角麩	20	たまねぎ	30	鶏産豚肉(ミンチ用)	12
	トマトソース	20	にんじん	1	キャベツ	15	調味酒	1
	トマトピューレ	8	じゃがいも	40	じゃがいも	0.8	しょうゆ	0.72
	マーガリン	3	洋風スープの素	0.2	角切昆布	0.8	しょうゆ	0.72
	小麦粉	3	塩	0.03	こんにゃく	1.6	たまねぎ	1
	マッシュルーム(水煮)	5	こしょう	0.03	にんじん	9	こまつな	25
	<グリーンポテト>	30	<じゃがいもの味噌汁>	30	にんじん	7.2	本みりん	0.5
	じゃがいも	50	じゃがいも	40	ちくわ	7.2	しょうゆ	0.8
	塩	0.2	厚揚げ(冷)	10	コーンスターチ	0.48	<絞福(巻)味噌汁>	1.08
	こしょう	0.01	カットわかめ	0.5	砂糖	2	けずり節	1.5
	パセリ(乾)	0.05	赤みそ	4.25	えのきだけ	7	大根	15
	<コーンキャベツ>	40	けずり節	1.5	豆腐	30	えのきだけ	8.5
	キャベツ	10	こまつな	10	かまぼこ(さくら)	6	米粉	5
	ホールコン(冷)	0.1			けずり節	1.5	ねぎ	5
	洋風スープの素	0.1			うすくちしょうゆ	2	砂糖	0.3
	塩	0.1			ほうれん草	10	しょうゆ	10
	こしょう	0.02			エネルギー(Kcal)	567	食塩相当量(g)	1.9
	エネルギー(Kcal)	643	食塩相当量(g)	1.7	食塩相当量(g)	2.6	食塩相当量(g)	1.4
	食塩相当量(g)	2.2	食塩相当量(g)	1.7	食塩相当量(g)	2.6	食塩相当量(g)	1.4