令和5年10月分 岐阜市学校給食献立 12日(木) 13日(金 2日(月) 6日(金) 17日(火 76 〈ソフト類〉 <黒パン> 180 <米飯> 76 <米飯> 176 <米飯> 76 <米粉コッペパン 〈牛乳〉 206 **<鶏肉の赤ワイン煮>** くシーフードソー <厚焼き卵> くジャンパラヤン 使 くちくわの磯辺揚げこ くひじきごはん> くアユのごま味噌だれこ くさつまいものシチューン 0.4 ベーコン (冷) 50 サラダ油 0.5 アユ 30 サラダ油 ナラダ油 0.5 ちくわ 厚焼き卵 肉団子 50 10 たまねぎ O.2 鶏肉 (切込·細かめ) ウインナー(冷) 0.1 青のり粉 20 O.1 鶏肉 (切込) 20 8 ひじき (米) 鶏肉(2㎝角切) 55 小麦粉 1 (小松菜のそぼろ炒め) たまねぎ 35 米粉 1.5 塩 0.1 米粉 2 にんじん イカ(たんざく) サラダ油 0.3 セロリー 0.01 たまねぎ 24 0.02 油 4 干しいたけ (ホール) 0.5 アサリ(むきみ) 15 鶏肉 (ミンチ用) 12 にんじん 5 砂糖 2.5 たまねぎ 30 たけのこ (レトル 0.3 たまねぎ 30 油場げ 3 白ワイン 2 調味酒 ピーマン 赤みそ にんじん サラダ油 0.8 マッシュルーム (水煮) 2 さつまいも 赤ワイン <大根とがんもの無物> 高野豆腐(細) 0.4 砂糖 5 本みりん 50 砂糖 砂糖 大根 50 ちくわ 0.03 しょうゆ ホールコーン(冷) 8 調味酒 洋風スープの素 1.2 洋風スープの素 2 マーガリン 15 洋風スープの素 0.3 ナチャッブ にんじん 5 砂糖 太もやし 0.8 すりごま 0.35 塩 0.3 鶏ガラスープの素 食 ウスターソース がんもどき 15 しょうゆ マーガリン 4 こまつな 30 トマトピューレ 5 白ごま(いり) 0.35 こしょう 0.01 酢 3 ピーマン 0.5 小麦粉 洋風スープの素 0.3 けずり節 0.5 本みりん 4 本みりん 05 ケチャッブ 米粉 コーンスターチ 0.5 砂糖 1 けずり節 0.5 ピーマン 5 しょうゆ 0.8 チリパウダー 0.02 くじゃがいもの煮つけ> 脱脂粉乳 5 でん粉 0.5 しょうゆ 5 脱脂粉乳 2 さやいんげん(冷) 0.2 県産豚肉(ミンチ用 <豚汁> 10 くオムレツン <白菜の塩炒め> くウインナーポテトン こまつな こしょう 0.01 にんじん 県産豚肉(平切) 材 く病と實整の和風妙め> くふかしいも> 30 0.5 サラダ油 0.3 じゃがいも 50 オムレツ ごま油 くすまし汁> 20 くグリーンポテトン 0.05 ウインナー(冷) 0.5 さつまいも 50 大根 サラダ油 砂糖 1.2 にんにく 8 じゃがいも 7 塩 くほうれん草のソラ じゃがいも 50 干しいたけ (ホール) 05 こまつな 20 塩 0.2 にんじん 60 しょうゆ はくさい 45 0.120 0.15 けずり節 0.5 ベーコン (冷) きくらげ (スライ 0.5 花麩 10 太もやし ごぼう フげずり節 厚揚げ(冷) 5 ほうれん草 こしょう 0.02 えのきだけ <豆のサラダ> こしょう 0.01 さやいんげん (冷 鶏ガラスープの素 0.12 0.5 25 赤みそ 7 煮干粉 5 ねぎ 20 パセリ 20 本みりん 0.5 8.5 パセリ(乾) 0.05 キャベツ \cap キャベツ けずり節 1.5 うすくちしょうゆ きゅうり **<ハツシモ米麺汁>** しめじ 0.01 こしょう **くカラフルスープ>** うすくちしょうゆ 2 (1)OM 25 大豆(ゆで) <大根としめじのスープ> 米粉麺(冷) 0.1 塩 3 こしょう くワンタンスープン 20 0.3 枝豆むきみ (冷) ベーコン(冷) 生しいたけ 0.02 大根 7 (破福 (ぎふ) 味噌汁> 7 くぜリー> 大根 2 しょうゆ にんじん 10 ねぎ ドレッシング(コ 30 花麩 (乾燥) 04 県産豚肉(平切) 10 けずり節 しめじ 大根 40 しめじ ホールコーン(冷) <ふりかけ> えのきだけ 洋風スープの素 0.8 鶏ガラスープの素 0.8 枝豆むきみ (冷) 2.5 厚揚げ(冷) うすくちしょうゆ 0.8 うすくちしょうゆ 0.15 ふりかけ 洋風スープの素 0.8 カットわかめ 0.5 0.2 こねぎ 0.01 しょうゆ ワンタン麺 8 1.5 調味酒 0.8 こしょう 0.01 けずり節 ほうれん草 10 ねぎ チンゲンサイ 10 くチーズ> <みかん> キャンディチーズ 55 みかん エネルギー (Kcal) 603 エネルギー (Kcal) 608 エネルギー (Kcal) 食塩相当量 (g) 2.2 食塩相当量 (g) 2.3 食塩相当量 (g) 617 エネルギー (Kcal) 691 エネルギー (Kcal) 595 エネルギー (Kcal) 588 エネルギー (Kcal) 624 エネルギー (Kcal) 598 エネルギー (Kcal) 2.4 食塩相当量 (g) 1.7 食塩相当量 (g) 2.2 食塩相当量 (g) 1.8 食塩相当量 (g) 3 食塩相当量 (g) 1.9 食塩相当量(g) <米飯> 76 <米飯> <食パン> 176 く一食うどん> 206 <牛乳> <牛乳> 206 <牛乳> 206 | <牛乳> 206 <牛乳> 206 <牛乳> 206 | <牛乳> 206 | <牛乳> 206 〈牛乳〉 206 <ピピンパ丼> 使 くきのこカレー> くタラのから掛け合のこあんかけ くサバの味噌煮> **くチリコンカン>** 50 サラダ油 〈鶏肉と大豆の煮物> くかやくうどん> く取肉のしょうが協会> くキピナゴの育畜漬けと サラダ油 0.5 ナラダ油 タラ (角切) 50 サバ 鶏肉 (切込) 10 サラダ油 05 キビナゴ 0.2 サラダ油 25 しょうが 0.1 ねぎ 0.7 ENES 0.5 にんにく にんにく 0.2 0.08 しょうが 0.2 **干いたけ (スライス)** 0.5 県産豚肉(平切) 50 0. 5 県産豚肉(ミンチ用 0.02 /ようか 0.1 こしょう 0.01 ねぎ 4 砂糖 0.3 しょうが O.4 にんじん 30 油揚げ 8 しょうが 0.5 こしょう 30 でん粉 7 油 県産豚肉(平切) 20 米粉 3 たまねぎ 3 県産豚肉(ミンチ用 用 5 赤みそ 5 こしょう 〇〇1 鶏肉(2cm角切) 40 砂糖 かまぼこ(いちょう ピーマン 2 本みりん しょう 0.05 生しいたけ 3 調味酒 たまねぎ 1 しょうゆ 2 しょうゆ 10 砂糖 けずり節 0.5 塩 15 しょうゆ たまねぎ 40 えのきだけ 金時豆ウスターソース 12 調味洒 2 本みりん 0.3 しょうゆ 1.5 2 ぜんまい (水煮) 1.2 砂糖 15 県産パプリカ(赤 3 くおかかあえ> 1.8 しょうゆ 3 調味酒 にんじん 35 ケチャップ じゃがいも 35 枝豆むきみ(冷) 4.5 油場げ ねぎ たまねぎ 7.5 はくさい 0.02本 くじゃがいものきんぴら 初糖 マッシュルーム(水煮) 25 赤とうがらし <金時豆の甘煮> 赤とうがらし 0.01本 うすくちしょうゆ こまつな しめじ 10 本みりん しょうゆ サラダ油 0.5 しょうゆ くかき揚げ> 会時豆 0.5 〈コーンキャベツ〉 生しいたけ 5 けずり節 0.3 本みりん ごぼう 5 ごま油 0.5 大豆(ゆで) 10 砂糖 24 くしらたきの油そうめん屋 0.3 ごぼう サイコロチーズ 0.3 花かつお 0.3 キャベツ 40 つきだしこんにゃ 7 豆板醤 5 しょうゆ 0.32 サラダ油 4 でん粉 0.5 ホールコーン(冷 10 にんじん 25 塩 洋風スープの素 10 にんじん たまねぎ 0.08 しらたき 10 0.2 くれんこんの炒め煮> く湯葉のすまし汁 20 くきわかめ (冷) たまねぎ 10 洋風スープの素 0.1 じゃがいも 25 太もやし ー リンゴペースト 3 サラダ油 0.5 干しいたけ(ホ 0.5 0.1 あげはんぺん 10 ほうれん草 20 調味酒 く根菜汁> にんじん ケチャップ れんこん 15 えのきだけ 0.02 砂糖 1 しょうゆ 0.05 ごぼう 干しいたけ (スライス) 0.3 こしょう ウスターソース にんじん 30 しょうゆ 0.1 小麦粉 10 大根 キャベツ マーガリン つきだしこんにゃく 10 湯葉 くほうれん草のクリ・ 0.05 こしょう 0.02 米粉 2 こんにゃく 10 あげはんぺん 小麦粉 4 砂糖 0.8 けずり節 ベーコン(冷) 3 さやいんげん(冷) 6 にんじん しょうゆ 0.5 カレー粉 0.7 しょうゆ 1.8 うすくちしょうゆ たまねぎ 20 一味とうがらし **くわかめスープ**ン さといも 0.2 脱脂粉乳 4 本みりん 0.5 塩 0.3 えのきだけ 7 く切り干し大棚とツナの乗つけ 厚揚げ(冷) こしょうにら 0.01 にんじん 20 くかきたま汁> さやいんげん (冷 7 みつば じゃがいも キャベツ 20 切り干し大根(せん) けずり節 <豆のマリネ> 0.2 干しいたけ (スラ· 0.5 鶏ガラスープの素 0.8 砂糖 0.5 うすくちしょうゆ <つみれ汁> こしょう 0.02 えのきだけ 0.1 うすくちしょうは 1.5 塩 $0.\overline{3}$ くさつま汁> 洋風スープの素 ひりが 0.8 0.8 豆腐 20 こしょう 0.01 けずり節 0.5 調味酒 0.5 鶏肉 (切込) 15 0.6 鶏つみれ (冷) 2.5 けずり節 0.8 魚のオイル漬け うすくちしょうゆ 30 ミニペンネ 1.5 しょうゆ 10 ごぼう 生到. オリーブ油 12 はくさい 15 40 うすくちしょうゆ 2 カットわかめ 0.5 枝豆むきみ(冷) 大根 16 ほうれん草 砂糖 0.6 けずり節 1.5 20 塩 0.3 白ごま(いり) 0.5 さつまいも 20 1.5 4 米粉 3 でん粉 0.6 くりんご> けずり節 15 <フルーツ盛り合わせ> 0.2 白みそ 30 海頭 りんご(袋) き味噌 8.5 6 ほうれん草 10 りんご (レトルト パイン (レトルト 20 20 こしょう 0.01 ねぎ ねぎ たまわぎ くゼリーン ダイスゼリー(ぶ 30 県産パプリカ(赤) ゼリー (ゆず) 636 エネルギー (Kcal) 2.1 食塩相当量 (g) 624 エネルギー (Kcal) 607 エネルギー (Kcal) 633 615 エネルギー (Kcal) 586 エネルギー (Kcal) 631 エネルギー (Kcal) 2.5 食塩相当量 (g) 588 エネルギー (Kcal) 618 エネルギー (Kcal) エネルギー (Kcal) 食塩相当量(g) 2.2 食塩相当量(g) 1.6 食塩相当量(g) 1.6 食塩相当量(g) 1.6 食塩相当量(g) 1.3 食塩相当量(g) 1 4 食塩相当量 (g)