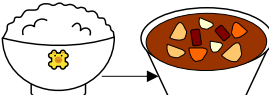
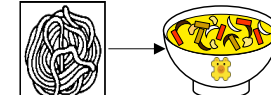
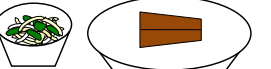
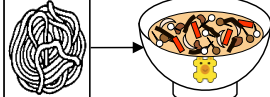
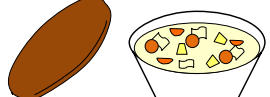
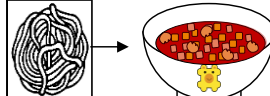


 文化の日 3日	フルーツ盛り合わせ  白菜のスープ煮  ハヤシライス 4日 エネルギー773kcal 塩分1.8g	さつまいも 錦糸卵  小イワシのから揚げ  呉汁 5日 エネルギー774kcal 塩分2.2g	コーンキャベツ  ウインナーのソースかけ  ヨーグルト コッペパン ポトフ 6日 エネルギー755kcal 塩分3.2g	切り干し大根のごまよごし  じゃがいものから揚げ  ソフト麺 和風カレーあん 7日 エネルギー749kcal 塩分2.3g
おかかあえ  サンマのかば焼き  豚汁 10日 エネルギー781kcal 塩分1.9g	五目豆  郡上味噌けいちゃん  かきたま汁 11日 エネルギー808kcal 塩分2.5g	辣白菜  大学芋  ソフト麺 きのこあん 12日 エネルギー805kcal 塩分2.8g	ふきよせごはん  シシャモのもみじ揚げ  みかん 切り干し大根の味噌汁 13日 エネルギー793kcal 塩分2.1g	 研究大会 14日
小松菜のソテー  ツナライス  白菜と肉団子のスープ 17日 エネルギー729kcal 塩分2.0g	小松菜の大豆あえ  豚肉のあんからめ  五目きのこ汁 18日 エネルギー803kcal 塩分2.1g	温野菜サラダ  フライビーンズ  黒パン クリームシチュー 19日 エネルギー778kcal 塩分2.9g	ほうれん草の煮びたし  和風ハンバーグ  のっぺい汁 20日 エネルギー758kcal 塩分2.3g	杏仁豆腐  厚揚げともやしの炒め物  小型パン 焼きそば 21日 エネルギー787kcal 塩分4.0g
 振替休日 24日	小松菜のそぼろ炒め  コロッケ  豆腐の味噌汁 25日 エネルギー828kcal 塩分2.3g	海藻サラダ  粉ふきいも  ソフト麺 ミートソース 26日 エネルギー814kcal 塩分3.4g	チンゲンサイの中華炒め  シューマイ  麻婆豆腐 27日 エネルギー830kcal 塩分2.7g	ブロッコリーのソテー  カレーフライドチキン  コッペパン カラフルスープ 28日 エネルギー740kcal 塩分3.1g
 このマークは「ふるさと食材の日」全ての献立に 岐阜県産の食材が使われています。	 てっちゃん 鉄分が多い献立の日  せんいくん 食物せんいが多い献立の日  わしよっくん 「日本型食事」の日	毎月19日は「食育の日」 食について考える日です。	 あじのたび 今月は 鹿児島県 です。	11月 岐阜大学教育学部附属小中学校 後期課程

令和7年11月分 岐阜市学校給食献立

[illegible]

南地区	12日(水)		13日(木)		17日(月)		18日(火)		19日(水)		20日(木)	
	No. 8	中学校	No. 7	中学校	No. 16	中学校	No. 2	中学校	No. 18	中学校	No. 15	中学校
使 用 食 材	<ソフト麺>	230	<米飯>	242	<米飯>	242	<米飯>	242	<黒パン>	105	<米飯>	242
	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206
	<きのこあん>		<ふきよせごはん>		<ツナライス>		<豚肉のあんからめ>		<クリームシチュー>		<和風ハンバーグ>	
	サラダ油	0.7	サラダ油	0.65	サラダ油	0.65	県産豚肉(2cm角切)	60	サラダ油	0.6	ハンバーグ	80
	しょうが	0.28	鶏肉(切込・細かめ)	19.5	たまねぎ	13	調味酒	1.2	鶏肉(切込)	30	たまねぎ	13
	県産豚肉(平切)	28	ごぼう	9.1	にんじん	13	しょうが	0.72	塩	0.12	しょうが	1.3
	調味酒	1.12	にんじん	13	魚のオイル漬け	39	しょうゆ	0.6	こしょう	0.02	砂糖	2.08
	しょうゆ	1.4	干しいたけ(ホール)	1.3	ホールコーン(冷)	6.5	米粉	1.2	たまねぎ	36	しょうゆ	3.12
	たまねぎ	42	油揚げ	3.9	洋風スープの素	0.39	でん粉	8.4	にんじん	18	本みりん	1.04
	にんじん	14	砂糖	0.65	塩	0.13	鶏レバー(粉付)	12	じゃがいも	48		
	干しいたけ(スライス)	0.84	しょうゆ	2.6	こしょう	0.03	油	5.8	サイコロチーズ	4.8	<ほうれん草の煮びたし>	
	きくらげ(スライス)	1.4	調味酒	1.3			ウスターソース	2.04	洋風スープの素	1.2	ほうれん草	24
	しめじ	11.2	くりの甘露煮	6.5	<小松菜のソテー>		砂糖	3.36	塩	0.24	太もやし	36
	えのきだけ	11.2	本みりん	0.65	ベーコン	6	しょうゆ	1.68	こしょう	0.02	けずり節	0.6
	鶏ガラスープの素	1.12	枝豆むきみ(冷)	3.9	こまつな	24	でん粉	0.24	マーガリン	4.2	しょうゆ	2.16
	塩	0.28			太もやし	36	鶏ガラスープの素	0.6	小麦粉	4.2	本みりん	0.6
	こしょう	0.04	<シシヤモのもみじ揚げ>		塩	0.12	ごま油	0.6	脱脂粉乳	6		
	しょうゆ	4.2	シシヤモ	30	こしょう	0.03					<のっぺい汁>	
	調味酒	0.7	にんじん	8.4	洋風スープの素	0.24	<小松菜の大豆あえ>		<フライビーンズ>		角切昆布	1.2
	でん粉	4.2	小麦粉	8.4			こまつな	36	大豆	12	ごぼう	12
	<大学芋>		米粉	1.2	<白菜と肉団子のスープ>		太もやし	24	でん粉	1.6	にんじん	12
	さつまいも	60	油	4.8	サラダ油	0.6	けずり節	0.6	油	1.2	大根	30
	油	1.8	<切り干し大根の味噌汁>		肉団子	30	本みりん	0.6	塩	0.1	さといも	24
	砂糖	4.56	切り干し大根(せん)	2.4	たまねぎ	18	しょうゆ	1.92			豆腐	24
	水	5.28	厚揚げ(冷)	12	しめじ	8.4	大豆フレーク	1.2	<温野菜サラダ>		けずり節	1.8
	しょうゆ	0.72	カットわかめ	0.36	はくさい	36	<五目きのこ汁>		ブロッコリー	24	しょうゆ	2.4
	黒ごま(いり)	0.36	けずり節	1.8	洋風スープの素	0.96	大根	18	キャベツ	24	塩	0.36
			赤みそ	4.8	塩	0.24	ごぼう	8.4	ホールコーン(冷)	8.4	でん粉	1.2
	<辣白菜>		白みそ	4.8	こしょう	0.02	干しいたけ(ホール)	0.6	ドレッシング	8.4		
	はくさい	60	ねぎ	8.4			にんじん	12				
	にんじん	3.6					えのきだけ	9.6				
	しょうが	0.72	<みかん>				しめじ	9.6				
	塩	0.36	みかん	70			花麩	6				
	サラダ油	1.44					塩	0.36				
	赤とうがらし	0.02					しょうゆ	2.4				
	酢	2.4					けずり節	1.8				
	砂糖	1.2					ほうれん草	9.6				

南地区	21日(金)		25日(火)		26日(水)		27日(木)		28日(金)	
	No. 14	中学校	No. 1	中学校	No. 3	中学校	No. 10	中学校	No. 4	中学校
使	<小型パン>	77	<米飯>	242	<ソフト麺>	230	<米飯>	242	<コッペパン>	105
	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206
用	<焼きそば>		<コロッケ>		<ミートソース>		<麻婆豆腐>		<カレーフライドチキン>	
	サラダ油	0.6	コロッケ	90	サラダ油	0.7	サラダ油	0.65	鶏肉(2cm角切)	65
食	県産豚肉(焼きそば用)	30	油	9	にんにく	0.14	にんにく	0.13	調味酒	0.26
	塩	0.6			しょうが	1.4	しょうが	1.3	こしょう	0.02
材	こしょう	0.05	<小松菜のそぼろ炒め>		県産豚肉(ミンチ用)	28	県産豚肉(ミンチ用)	26	カレー粉	0.20
	にんじん	18	サラダ油	0.36	塩	0.14	豆腐(冷)	130	ケチャップ	1.95
	キャベツ	60	県産豚肉(ミンチ用)	14.4	こしょう	0.08	しょうゆ	3.9	ウスターソース	1.3
	中華麺(蒸し麺)	96	調味酒	1.2	たまねぎ	56	調味酒	3.9	しょうゆ	0.65
	ウスターソース	6.6	砂糖	0.96	にんじん	21	赤みそ	3.9	小麦粉	10.4
	焼きそばソース	7.2	しょうゆ	1.2	マッシュルーム(水煮)	7	砂糖	0.78	米粉	1.3
	紅しょうが	1.8	太もやし	18	サイコロチーズ	5.6	豆板醤	0.52	油	6.5
	粉かつお	0.24	こまつな	36	砂糖	2.8	塩	0.26		
	青のり粉	0.24	本みりん	0.6	洋風スープの素	1.68	鶏ガラスープの素	0.78	<ブロッコリーのソテー>	
			しょうゆ	0.96	ウスターソース	8.4	でん粉	1.3	サラダ油	0.6
	<厚揚げともやしの炒め物>		<豆腐の味噌汁>		トマトソース	28	にら	13	ブロッコリー	24
	サラダ油	0.39	大根	18	トマトピューレ	11.2	ごま油	1.3	キャベツ	30
	にんにく	0.13	豆腐	30	マーガリン	4.2	水	31.2	塩	0.24
	ベーコン	6.5	油揚げ	3.6	小麦粉	4.2			こしょう	0.03
	厚揚げ(冷)	39	けずり節	1.8	<粉ふきいも>		<シューマイ>		洋風スープの素	0.24
	太もやし	39	赤みそ	5.1	じゃがいも	72	コーンシューマイ	60		
	チンゲンサイ	26	白みそ	5.1	塩	0.24	<チンゲンサイの中華炒め>		<カラフルスープ>	
	オイスターソース	1.04	ねぎ	8.4	こしょう	0.02	ベーコン	6	ベーコン	6
	しょうゆ	0.65					チンゲンサイ	24	大根	18
	塩	0.13			<海藻サラダ>		太もやし	30	にんじん	12
	こしょう	0.02			海藻ミックス	0.84	にんじん	9.6	たまねぎ	18
					大根	36	オイスターソース	0.96	じゃがいも	18
	<杏仁豆腐>				きゅうり	6	塩	0.12	ホールコーン(冷)	6
	杏仁寒天	36			ホールコーン(冷)	6	こしょう	0.02	洋風スープの素	0.96
	カットゼリー(みかん)	12			ドレッシング	7.2	しょうゆ	0.6	塩	0.24
	パイン(レトルト)	24						パセリ	0.02	0.6