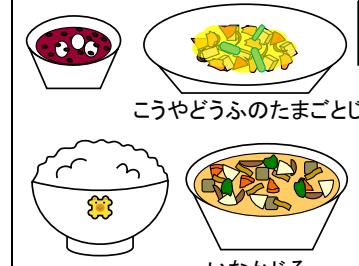


# 1月

岐阜大学教育学部附属小中学校  
前期課程



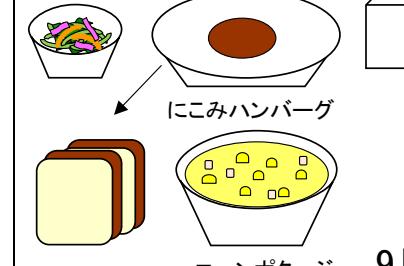
せんさい



8日

いなかじる  
エネルギー 640kcal 塩分 1.9g

こまつなのソテー



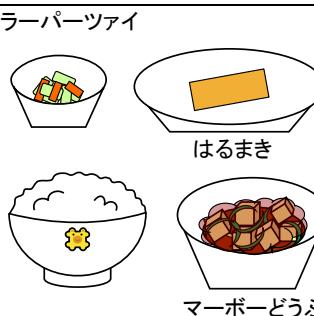
9日

コーンポタージュ  
エネルギー 641kcal 塩分 1.5g

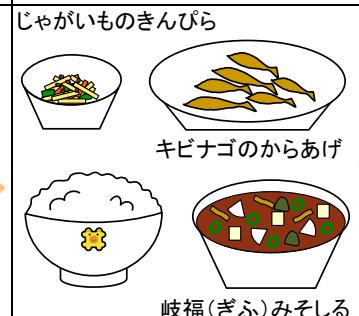
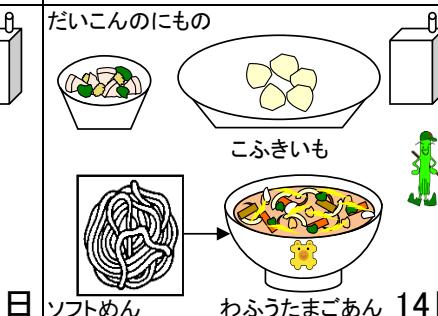


せいじんのひ

12日

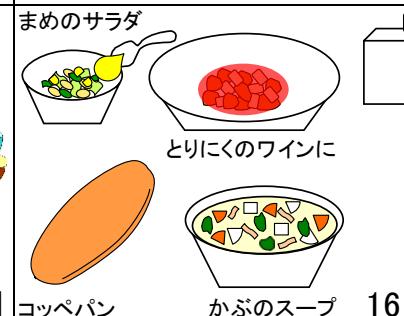


マーボー豆腐 13日  
エネルギー 702kcal 塩分 2.1g



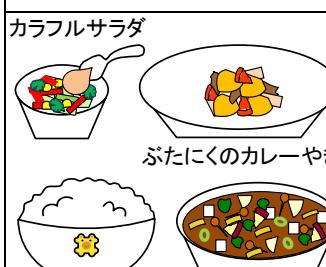
14日

岐福(ぎふ)みそしる  
エネルギー 593kcal 塩分 1.6g



16日

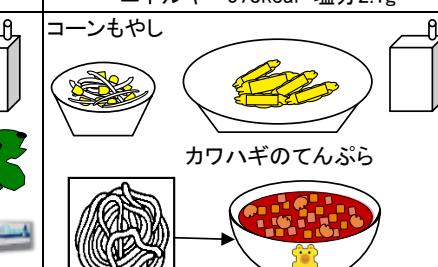
コッペパン  
エネルギー 601kcal 塩分 2.6g



あきの岐福(ぎふ)みそしる  
エネルギー 629kcal 塩分 1.6g



えんくうさといものぐじょうみそしる  
エネルギー 578kcal 塩分 1.6g



22日

べいめんじる  
エネルギー 633kcal 塩分 1.9g



23日

コッペパン  
エネルギー 667kcal 塩分 2.4g



みそしる  
エネルギー 646kcal 塩分 2.0g



ぶたじる  
エネルギー 634kcal 塩分 2.3g



29日

はくさいとにかくだんごのスープ  
エネルギー 612kcal 塩分 1.8g



30日

くろパン  
エネルギー 603kcal 塩分 2.3g

令和8年1月分 岐阜市学校給食献立

南地区	8日(木)		9日(金)		13日(火)		14日(水)		15日(木)		16日(金)	
	No. 1	小学校	No. 7	小学校	No. 15	小学校	No. 16	小学校	No. 14	小学校	No. 3	小学校
使 用 用 食 材	<米飯>	176	<食パン>	77	<米飯>	176	<ソフト麺>	160	<米飯>	176	<コッペパン>	77
	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206
	<高野豆腐の卵とじ>		<煮込みハンバーグ>		<麻婆豆腐>		<和風卵あん>		<キビナゴのから揚げ>		<鶏肉のワイン煮>	
	サラダ油	0.5	サラダ油	0.5	サラダ油	0.5	鶏肉(切込)	15	キビナゴ	35	サラダ油	0.5
	鶏肉(切込)	15	たまねぎ	10	にんにく	0.1	干しいたけ(ホール)	0.5	しょうが	0.4	にんにく	0.1
	たまねぎ	30	ハンバーグ	60	しょうが	1	たまねぎ	8	しょうゆ	0.7	鶏肉(2cm角切)	60
	干しいたけ(ホール)	0.5	ケチャップ	3.2	県産豚肉(ミンチ用)	20	にんじん	8	調味酒	1	塩	0.1
	高野豆腐	5	ウスターーソース	2.5	豆腐(冷)	100	油揚げ	3	でん粉	3	こしょう	0.01
	けずり節	0.3	砂糖	0.7	調味酒	3	かまぼこ	7	米粉	1	たまねぎ	30
	砂糖	1	でん粉	0.4	赤みそ	3	けずり節	1.5	油	4	しめじ	10
食 材	うすくちしょうゆ	2.5			しょうゆ	3	塩	0.4			赤ワイン	4
	塩	0.1	<小松菜のソテー>		砂糖	0.6	うすくちしょうゆ	3	<じやがいものきんぴら>		砂糖	1
	液卵	30	サラダ油	0.3	豆板醤	0.4	でん粉	3	サラダ油	1	ケチャップ	5
	さやいんげん(冷)	5	ベーコン	5	5	0.2	液卵	20	ごぼう	5	ウスターーソース	2
	<せんざい>		にんじん	5	鶏ガラスープの素	0.6	ほうれん草	10	つきだしこんにゃく	7	洋風スープの素	0.3
	あずき	10	キャベツ	25	でん粉	1			にんじん	10	コーンスターチ	0.5
	砂糖	6	こまつな	20	にら	10	<粉ふきいも>		じやがいも	30		
	塩	0.1			ごま油	1	じやがいも	60	あげはんぺん	10	<豆のサラダ>	
	白玉団子(冷)	20	洋風スープの素	0.01	水	24	塩	0.2	砂糖	0.8	キャベツ	30
	<田舎汁>		<コーンポタージュ>		<春巻き>	35	<大根の煮物>		さやいんげん(冷)	1.7	ホールコーン(冷)	5
食 材	大根	15	サラダ油	0.5	春巻き	3.5	大根	50	白ごま(いり)	0.05	大豆(ゆで)	7
	ごぼう	8	たまねぎ	15	油	3.5	魚のオイル漬け	12	一味とうがらし		枝豆むきみ(冷)	5
	にんじん	5	コーンペースト(冷)	30	<辣白菜>	砂糖	1			1	ドレッシング(コーン)	7
	さといも	20	ホールコーン(冷)	10	しょうが	0.6	しょうゆ	1.2	<岐福(ぎふ)味噌汁>		<かぶのスープ>	
	油揚げ	3	洋風スープの素	0.8	にんじん	3	けずり節	0.5	大根	20	ベーコン	5
	けずり節	1.5	塩	0.3	はくさい	50	こまつな	10	油揚げ	4	にんじん	10
	塩	0.3	こしょう	0.01	塩	0.3			豆腐	20	かぶ	25
	しょうゆ	1.5	牛乳(調理用)	30	サラダ油	1.2			カットわかめ	0.5	洋風スープの素	0.8
	こまつな	10	コーンスターチ	1	赤とうがらし	0.02			けずり節	1.5	塩	0.2
					酢	2			赤みそ	8	こしょう	0.01
					砂糖	1			ねぎ	5	うすくちしょうゆ	0.5
											5	ほうれん草

南地区	19日(月)		20日(火)		21日(水)		22日(木)	
	No. 10	小学校	No. 8	小学校	No. 11	小学校	No. 9	小学校
使 用 食 材	<米飯>	176	<米飯>	176	<ソフト麺>	160	<米飯>	176
	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206
	<豚肉のカレー焼き>		<アユの甘だれ>		<ミートソース>		<大豆入りツナごはん>	
	サラダ油	0.5	アユ	35	サラダ油	0.5	大豆	8
	県産豚肉(平切)	45	米粉	1.5	にんにく	0.1	砂糖	0.8
	にんにく	0.5	油	4	しょうが	1	しょうゆ	0.8
	たまねぎ	30	砂糖	2	県産豚肉(ミンチ用)	20	サラダ油	0.3
	にんじん	7	しょうゆ	2	塩	0.2	にんじん	8
	調味酒	1	調味酒	0.5	こしょう	0.06	魚のオイル漬け	30
	塩	0.3	本みりん	2	たまねぎ	40	砂糖	1
食 材	こしょう	0.03			にんじん	15	しょうゆ	1.2
	洋風スープの素	0.2	<上之保ゆずの香りあえ>		マッシュルーム(水煮)	5	本みりん	0.5
	カレー粉	0.18	はくさい	30	サイコロチーズ	4	しょうが	0.5
	<カラフルサラダ>		こまつな	20	砂糖	2		
	キャベツ	10	にんじん	5	洋風スープの素	1.2	<鶏肉と角麩のうま煮>	
	ホールコーン(冷)	7	けずり節	0.3	ウスターソース	6	サラダ油	0.5
	パプリカ(赤)	3	うすくちしょうゆ	1.2	トマトソース	20	鶏肉(2cm角切)	20
	ブロッコリー	20	本みりん	0.5	トマトピューレ	8	ごぼう	10
	ドレッシング(サウザン)	7	上之保ゆず果汁	1.5	サラダ油	3	れんこん	15
					小麦粉	3	県産干しいたけ(ホール)	1
食 材	<秋の岐福(ぎふ)味噌汁>		<円空さといもの郡上味噌汁>				角麩	20
	豆腐	20	切り干し大根(せん)	2	<カワハギの天ぷら>		けずり節	0.5
	さつまいも	25	円空さといも	25	カワハギ	12	砂糖	1.2
	なめこ	3	油揚げ	3	小麦粉	6	しょうゆ	2.5
	カットわかめ	0.4	豆腐	20	でん粉	0.83	調味酒	1
	けずり節	1.5	けずり節	1.5	水	8.9	枝豆むきみ(冷)	5
	赤みそ	8	赤みそ	5.5	油	4.1		
	ねぎ	7	郡上味噌	2.5			<米麺汁>	
			カットわかめ	0.5	<コーンもやし>		米粉麺(冷)	7
			ねぎ	7	太もやし	35	えのきだけ	7

