

|  |  |   |   |   |
|--|--|---|---|---|
|  <p><b>そうりつきねんび</b> 1日</p>   | <p>じゃがいものきんぴら</p>  <p>キビナゴのからあげ</p>  <p>べいはん つくねじる 2日</p> <p>エネルギー625kcal 塩分1.7g</p>              | <p>おひたし</p>  <p>ちくわのこうみあげ</p>  <p>ソフトめん わふうあん 3日</p> <p>エネルギー623kcal 塩分2.6g</p>  | <p>かみかみあえ</p>  <p>わふうハンバーグ</p>  <p>べいはん はなふのすまし汁 4日</p> <p>エネルギー600kcal 塩分1.8g</p>           | <p>フルーツカクテル</p>  <p>キーマカレー</p>  <p>しょくパン ポテトスープ 5日</p> <p>エネルギー571kcal 塩分2.7g</p>            |
| <p>ひじきごはん</p>  <p>なすのみそかけ</p>  <p>べいはん とうふのすましじる 8日</p> <p>エネルギー609kcal 塩分1.6g</p>                 | <p>シナモンビーンズ</p>  <p>ビビンバどんぶり</p>  <p>べいはん とうふとわかめのスープ 9日</p> <p>エネルギー612kcal 塩分1g</p>            | <p>コーンもやし</p>  <p>こふきいも</p>  <p>ソフトめん ミートソース 10日</p> <p>エネルギー647kcal 塩分2.3g</p>   | <p>にびたし</p>  <p>えだまめコロッケ</p>  <p>べいはん しょうないふのかきたまじる 11日</p> <p>エネルギー592kcal 塩分1.7g</p>      | <p>まめのサラダ</p>  <p>とりにくのとマトに</p>  <p>コッパン コーンクリームスープ 12日</p> <p>エネルギー601kcal 塩分2.5g</p>      |
| <p>かくふのにつけ</p>  <p>タラのやくみだれ</p>  <p>べいはん なすのみそしる 15日</p> <p>エネルギー632kcal 塩分2.0g</p>                | <p>あまずあえ</p>  <p>とりにくとだいずのもの</p>  <p>べいはん かみなりじる 16日</p> <p>エネルギー588kcal 塩分1.5g</p>              | <p>きりぼしだいこんのちゅうかいため</p>  <p>かりポリにぼし</p>  <p>ソフトめん ちゅうかあんかけ 17日</p> <p>エネルギー595kcal 塩分2.2g</p>   | <p>じゃがいものそぼろに</p>  <p>シシャモのおちゃあげ</p>  <p>べいはん 岐福(ぎふ)みそしる 18日</p> <p>エネルギー602kcal 塩分1.6g</p> | <p>キャベツのソテー</p>  <p>オムレツ</p>  <p>しょくパン ポークビーンズ 19日</p> <p>エネルギー588kcal 塩分2.5g</p>           |
| <p>えだまめのしおゆで</p>  <p>ぶたにくのしょうがやき</p>  <p>べいはん 岐福(ぎふ)そうでんみそしる 22日</p> <p>エネルギー591kcal 塩分1.3g</p> | <p>フライドポテト</p>  <p>チキンライス</p>  <p>べいはん マカロニスープ 23日</p> <p>エネルギー573kcal 塩分1.7g</p>             | <p>とうにゅうあんにんどうふ</p>  <p>あつあげのオイスターソースいため</p>  <p>べいはん やきそば 24日</p> <p>エネルギー577kcal 塩分2.9g</p>  | <p>こまつなのそぼろいため</p>  <p>だいずいりツナごはん</p>  <p>べいはん いなかじる 25日</p> <p>エネルギー599kcal 塩分1.5g</p>  | <p>カラフルポテト</p>  <p>しろみざかなのフライ</p>  <p>コッパン トマトたまごのスープ 26日</p> <p>エネルギー602kcal 塩分2.3g</p> |
| <p>くきわかめのいために</p>  <p>こうやどらふのたまごとじ</p>  <p>べいはん 岐福(ぎふ)みそしる 29日</p> <p>エネルギー618kcal 塩分2.2g</p>  | <p>だいこんとツナのにも</p>  <p>ぶたにくとあつあげのみそいため</p>  <p>べいはん しんじよじる 30日</p> <p>エネルギー589kcal 塩分1.8g</p> | <p>◇米、牛乳は岐阜県産を使用しています。パン、ソフト麺、一食中華麺に使用する小麦粉は岐阜県産を使用しています。</p> <p>◇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。</p> <p>◇給食用食材は放射性物質検査を行い、結果は食品衛生課のホームページに掲載しています。</p> <p>◇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。</p> <p>◇毎月19日は「食育の日」です。</p> <p>◇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。</p> <p>◇入荷状況により使用食材・献立内容が変更になる場合があります。</p> <div data-bbox="1321 1276 1657 1516" style="text-align: center;">  <p><b>あじのたび</b></p> <p>こけつは、ゆまがたけんです。</p> </div> <div style="text-align: right; margin-top: 20px;"> <h1 style="font-size: 48px; margin: 0;">6月</h1> <h2 style="font-size: 36px; margin: 0;">6が月は食育月間です</h2> <p>岐阜大学教育学部附属小中学校<br/>前期課程</p> </div> |   |   |



| 南地区 | 10日(水)      |      | 11日(木)      |      | 12日(金)       |      | 15日(月)    |     | 16日(火)     |     | 17日(水)        |      |
|-----|-------------|------|-------------|------|--------------|------|-----------|-----|------------|-----|---------------|------|
|     | No. 19      | 小学校  | No. 3       | 小学校  | No. 10       | 小学校  | No. 13    | 小学校 | No. 12     | 小学校 | No. 14        | 小学校  |
| 使   | <ソフト麺>      | 160  | <米飯>        | 176  | <コッペパン>      | 77   | <米飯>      | 176 | <米飯>       | 176 | <ソフト麺>        | 160  |
|     | <牛乳>        | 206  | <牛乳>        | 206  | <牛乳>         | 206  | <牛乳>      | 206 | <牛乳>       | 206 | <牛乳>          | 206  |
| 用   | <ミートソース>    |      | <枝豆コロッケ>    |      | <鶏肉のトマト煮>    |      | <タラの薬味だれ> |     | <鶏肉と大豆の煮物> |     | <中華あんかけ>      |      |
|     | サラダ油        | 0.5  | 枝豆コロッケ      | 50   | サラダ油         | 0.6  | タラ(角切)    | 50  | 大豆         | 12  | サラダ油          | 0.5  |
| 食   | にんにく        | 0.1  | 油           | 5    | にんにく         | 0.24 | 調味酒       | 1   | サラダ油       | 0.5 | しょうが          | 0.2  |
|     | しょうが        | 1    |             |      | 鶏肉(2cm角切)    | 40   | でん粉       | 7.5 | しょうが       | 0.3 | 県産豚肉(平切)      | 20   |
| 材   | 県産豚肉(ミンチ用)  | 20   | <煮びたし>      |      | 塩            | 0.2  | 米粉        | 0.5 | ねぎ         | 3   | 調味酒           | 0.8  |
|     | 塩           | 0.1  | 油揚げ         | 2    | こしょう         | 0.01 | 油         | 6   | 鶏肉(2cm角切)  | 40  | しょうゆ          | 0.5  |
|     | こしょう        | 0.06 | にんじん        | 5    | たまねぎ         | 25   | うすくちしょうゆ  | 2.5 | 砂糖         | 1   | たまねぎ          | 30   |
|     | たまねぎ        | 40   | 太もやし        | 18   | じゃがいも        | 25   | 酢         | 1.5 | 調味酒        | 2.5 | にんじん          | 15   |
|     | にんじん        | 15   | キャベツ        | 20   | しめじ          | 12   | 砂糖        | 1   | しょうゆ       | 2.5 | たけのこ(レトルト)    | 5    |
|     | サイコロチーズ     | 4    | けずり節        | 0.24 | 洋風スープの素      | 0.2  | たまねぎ      | 7.5 |            |     | 干しいたけ(ホール)    | 0.8  |
|     | 砂糖          | 2    | しょうゆ        | 1.8  | トマトソース       | 10   | にんじん      | 3   | <甘酢あえ>     |     | きくらげ(スライス)    | 1    |
|     | 洋風スープの素     | 1.2  | 調味酒         | 1    | トマトピューレ      | 5    | しょうが      | 0.5 | にんじん       | 5   | 鶏ガラスープの素      | 0.8  |
|     | ウスターソース     | 6    | 本みりん        | 1    | ウスターソース      | 2    | 青じそ       | 0.2 | キャベツ       | 30  | 塩             | 0.2  |
|     | トマトソース      | 20   |             |      | 砂糖           | 1    |           |     | きゅうり       | 7   | こしょう          | 0.03 |
|     | トマトピューレ     | 8    | <庄内麩のかきたま汁> |      | コーンスターチ      | 1.2  | <角麩の煮つけ>  |     | 酢          | 2   | 砂糖            | 0.5  |
|     | マーガリン       | 3    | 干しいたけ(ホール)  | 0.5  |              |      | サラダ油      | 0.5 | 砂糖         | 0.5 | しょうゆ          | 3    |
|     | 小麦粉         | 3    | 豆腐          | 20   | <豆のサラダ>      |      | 鶏肉(切込)    | 10  | うすくちしょうゆ   | 10  | 調味酒           | 0.5  |
|     | マッシュルーム(水煮) | 5    | 庄内麩         | 1    | キャベツ         | 25   | ごぼう       | 10  | 塩          | 15  | ごま油           | 1    |
|     |             |      | けずり節        | 1.2  | 大豆(ゆで)       | 7    | にんじん      | 15  | 調味酒        | 15  | でん粉           | 3    |
|     | <粉ふきいも>     |      | 塩           | 0.3  | きゅうり         | 10   | 角麩        | 7   | 白ごま(いり)    | 15  |               |      |
|     | じゃがいも       | 50   | うすくちしょうゆ    | 2    | ドレッシング       | 7    | けずり節      | 0.4 |            | 0.4 | <かりぼり煮干し>     |      |
|     | 塩           | 0.2  | でん粉         | 0.6  |              |      | 砂糖        | 1.2 | <かみなり汁>    |     | 煮干し           | 6    |
|     | こしょう        | 0.01 | 液卵          | 20   | <コーンクリームスープ> |      | しょうゆ      | 1.2 | サラダ油       | 2   | でん粉           | 0.5  |
|     |             |      | ほうれん草       | 10   | サラダ油         | 0.5  | 枝豆むきみ(冷)  | 6   | 大根         | 6   | 油             | 1.4  |
|     | <コーンもやし>    |      |             |      | たまねぎ         | 15   |           |     | 干しいたけ(ホール) | 15  | にんじん          | 4    |
|     | 太もやし        | 40   |             |      | コーンペースト(冷)   | 30   | <なすの味噌汁>  |     | にんじん       | 7   | せん切り昆布        | 0.8  |
|     | ホールコーン(冷)   | 10   |             |      | ホールコーン(冷)    | 10   | なす        | 15  | 油揚げ        | 2   | 砂糖            | 1.4  |
|     | 洋風スープの素     | 0.1  |             |      | 洋風スープの素      | 0.8  | えのきだけ     | 7   | 豆腐         | 20  | 酢             | 0.8  |
|     | 塩           | 0.2  |             |      | 塩            | 0.25 | 油揚げ       | 3   | けずり節       | 1.2 | しょうゆ          | 0.8  |
|     | こしょう        | 0.01 |             |      | こしょう         | 0.02 | けずり節      | 1.2 | しょうゆ       | 2   | カレー粉          | 0.06 |
|     |             |      |             |      | 牛乳(調理用)      | 30   | 赤みそ       | 4   | 塩          | 0.3 |               |      |
|     |             |      |             |      | コーンスターチ      | 2    | 白みそ       | 4   | でん粉        | 4   |               |      |
|     |             |      |             |      |              |      | こまつな      | 10  |            | 10  | <切り干し大根の中華炒め> |      |
|     |             |      |             |      |              |      |           |     |            |     | ごま油           | 0.5  |
|     |             |      |             |      |              |      |           |     |            |     | 切り干し大根(せん)    | 2.5  |
|     |             |      |             |      |              |      |           |     |            |     | 調味酒           | 0.5  |
|     |             |      |             |      |              |      |           |     |            |     | しょうゆ          | 2.5  |
|     |             |      |             |      |              |      |           |     |            |     | 厚揚げ(冷)        | 20   |
|     |             |      |             |      |              |      |           |     |            |     | オイスターソース      | 0.8  |
|     |             |      |             |      |              |      |           |     |            |     | 鶏ガラスープの素      | 0.1  |
|     |             |      |             |      |              |      |           |     |            |     | チンゲンサイ        | 25   |
|     |             |      |             |      |              |      |           |     |            |     | 塩             | 0.1  |
|     |             |      |             |      |              |      |           |     |            |     | こしょう          | 0.01 |



| 南地区 | 26日(金)      |      | 29日(月)      |     | 30日(火)        |     |
|-----|-------------|------|-------------|-----|---------------|-----|
|     | No. 20      | 小学校  | No. 16      | 小学校 | No. 22        | 小学校 |
| 使   | <コッペパン>     | 77   | <米飯>        | 176 | <米飯>          | 176 |
|     | <牛乳>        | 206  | <牛乳>        | 206 | <牛乳>          | 206 |
| 用   | <白身魚フライ>    |      | <高野豆腐の卵とじ>  |     | <豚肉と厚揚げの味噌炒め> |     |
|     | 白身魚フライ      | 50   | サラダ油        | 0.5 | サラダ油          | 0.5 |
| 食   | 油           | 5    | 鶏肉(切込)      | 15  | しょうが          | 1   |
|     | <カラフルポテト>   |      | たまねぎ        | 30  | 県産豚肉(平切)      | 30  |
| 材   | サラダ油        | 0.5  | にんじん        | 5.0 | 調味酒           | 1.0 |
|     | じゃがいも       | 40   | 干しいたけ(ホール)  | 0.5 | しょうゆ          | 0.5 |
| 食   | にんじん        | 7    | 高野豆腐        | 5   | たまねぎ          | 25  |
|     | ホールコーン(冷)   | 7    | けずり節        | 0.4 | 厚揚げ(冷)        | 35  |
| 材   | 枝豆むきみ(冷)    | 7    | 砂糖          | 1   | 砂糖            | 1   |
|     | 洋風スープの素     | 0.15 | うすくちしょうゆ    | 2.5 | しょうゆ          | 0.7 |
| 食   | 塩           | 0.15 | 塩           | 0.1 | 本みりん          | 1   |
|     | こしょう        | 0.02 | 液卵          | 30  | 赤みそ           | 2.5 |
| 材   | <トマトと卵のスープ> |      | <くきわかめの炒め煮> |     | でん粉           | 0.5 |
|     | サラダ油        | 0.5  | ごま油         | 0.5 | <大根とツナの煮物>    |     |
| 食   | ベーコン        | 5    | 県産豚肉(平切)    | 10  | 大根            | 50  |
|     | たまねぎ        | 15   | くきわかめ(冷)    | 10  | 魚のオイル漬け       | 12  |
| 材   | トマト         | 15   | にんじん        | 5   | けずり節          | 0.4 |
|     | 洋風スープの素     | 0.8  | あげはんぺん      | 12  | 砂糖            | 1   |
| 食   | 塩           | 0.2  | 調味酒         | 1   | しょうゆ          | 1.2 |
|     | こしょう        | 0.01 | 砂糖          | 0.5 | こまつな          | 5   |
| 材   | でん粉         | 0.6  | しょうゆ        | 1.8 | <しんじょ汁>       |     |
|     | 液卵          | 20   | 本みりん        | 1   | にんじん          | 5   |
| 食   |             |      | <岐福(ぎふ)味噌汁> |     | えのきだけ         | 5   |
|     |             |      | たまねぎ        | 10  | しんじょ          | 25  |
| 材   |             |      | じゃがいも       | 30  | けずり節          | 1.2 |
|     |             |      | えのきだけ       | 5   | うすくちしょうゆ      | 2   |
| 食   |             |      | 油揚げ         | 3   | 塩             | 0.3 |
|     |             |      | けずり節        | 1.2 | ねぎ            | 7   |
| 材   |             |      | 赤みそ         | 8   |               |     |
|     |             |      | カットわかめ      | 0.3 |               |     |







