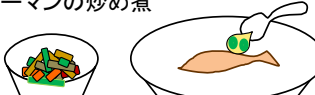
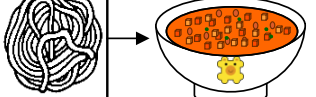
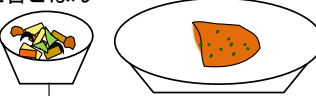
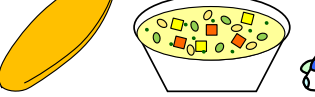
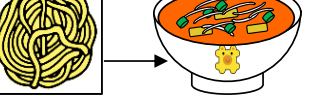


ピーマンの炒め煮  アユの枝豆おろしポン酢  岐福(ぎふ)味噌汁 1日 エネルギー748kcal 塩分1.7g	フルーツ盛り合わせ  ゴーヤチャンプルー  卵入りもずく汁 2日 エネルギー756kcal 塩分2.0g	コーンキャベツ  枝豆の塩ゆで  ソフト麺 ツナマトソース 3日 エネルギー824kcal 塩分2.4g	セタちらし  キビナゴのから揚げ  セタゼリー (むぎいり) 天の川米めん汁 4日 エネルギー817kcal 塩分2.2g	ズッキーニのサラダ  鶏肉のレモンソース  パインパン かぼちゃのポタージュ 5日 エネルギー823kcal 塩分3.2g	
キャベツの甘酢あえ  豚肉のスタミナ焼き  なすの味噌汁 8日 エネルギー746kcal 塩分2.5g	ナムル  タッカルビ  アイスクリーム わかめと卵のスープ 9日 エネルギー815kcal 塩分2.3g	五目ごはん  アジの香り揚げ  冬瓜のカレー汁 10日 (むぎいり) エネルギー775kcal 塩分1.7g	五目豆  なすと豚肉の味噌炒め  すまし汁 11日 (むぎいり) エネルギー753kcal 塩分2.1g	チーズオムレツ  ラタウイユ  ソフトフランスパン コンソメスープ 12日 エネルギー773kcal 塩分2.3g	
海の日 15日	中華サラダ  甘エビのから揚げ  冷凍みかん 麻婆豆腐 16日 エネルギー796kcal 塩分2.7g	じゃがいものオイスターソース炒め  シューマイ  ゼリー 一食中華麺 担々麺 17日 エネルギー765kcal 塩分3.1g	フルーツポンチ  豆のマリネ  夏野菜カレー 18日 (むぎいり) エネルギー843kcal 塩分2.5g	キャベツのソテー  煮込みハンバーグ  発酵乳 ポテトスープ 19日 エネルギー825kcal 塩分3.7g	
7月 附属小中学校 後期課程	★ ★ -七夕と行事食- ★ ★ 7月7日は、七夕です。この日は、天の川の両岸にある「彦星(わし座のアルタイル)」と「織姫(こと座のベガ)」が、年に一度だけ会うことができるという伝説から生まれた星祭りの行事です。七夕には、短冊に願い事を書いて笹に飾りつけたり、そうめんを食べたりする習慣があります。			鉄分が多い献立の日 食物せんいが 多い献立の日 「日本型食事」の日	あじのたび 今月は「フランス」です。

令和6年7月分 岐阜市学校給食献立

p.1

南地区	1日(月)			2日(火)			3日(水)			4日(木)			5日(金)		
	No. 1	小学校	中学校	No. 2	小学校	中学校	No. 4	小学校	中学校	No. 5	小学校	中学校	No. 3	小学校	中学校
使 															

令和6年7月分 岐阜市学校給食献立

p.2

南地区		8日(月)		9日(火)		10日(水)		11日(木)		12日(金)					
		No. 7	小学校	中学校	No. 6	小学校	中学校	No. 8	小学校	中学校	No. 13	小学校	中学校	No. 10	小学校
使	＜米飯＞	176	242	＜米飯＞	176	242	＜米飯＞	176	242	＜米飯＞	176	242	＜ソフトフランスパン＞		91
	＜牛乳＞	206	206	＜牛乳＞	206	206	＜牛乳＞	206	206	＜牛乳＞	206	206	1～3年生	63	
	＜豚肉のスタミナ焼き＞			＜タッカルビ＞			＜五目ごはん＞			＜なすと豚肉の味噌炒め＞			＜牛乳＞	206	206
	サラダ油	0.6	0.78	サラダ油	0.5	0.65	サラダ油	0.5	0.65	サラダ油	0.5	0.65	＜チーズオムレツ＞		
	にんにく	0.2	0.26	鶏肉(2cm角切)	40	52	鶏肉(切込)	10	13	にんにく	0.2	0.26	＜チーズオムレツ＞	40	60
	しょうが	0.5	0.65	にんにく	0.5	0.65	ごぼう	7	9.1	しょうが	0.5	0.65	＜ラタトゥイユ＞		
	県産豚肉(平切)	40	52	しょうが	0.5	0.65	にんじん	10	13	県産豚肉(平切)	35	45.5	オリーブ油	1	1.3
	たまねぎ	30	39	塩	0.08	0.1	油揚げ	5	6.5	たまねぎ	10	13	にんにく	0.2	0.26
	チンゲンサイ	15	19.5	こしょう	0.01	0.02	かんぴょう(カット)	1.5	1.95	なす	35	45.5	鶏肉(切込)	35	45.5
	にら	10	13	じゃがいも	30	39	高野豆腐(細)	1	1.3	ピーマン	5	6.5	白ワイン	1	1.3
用	砂糖	0.5	0.65	キャベツ	20	26	干しいたけ(スライス)	0.5	0.65	砂糖	1	1.3	塩	0.2	0.26
	本みりん	1	1.3	ねぎ	6	7.8	けずり節	0.5	0.65	本みりん	1	1.3	たまねぎ	15	19.5
	しょうゆ	3	3.9	コチュジャン	0.5	0.65	砂糖	1	1.3	しょうゆ	1	1.3	じゃがいも	20	26
	でん粉	0.7	0.91	赤みそ	3	3.9	しょうゆ	2	2.6	赤みそ	3	3.9	ズッキーニ	15	19.5
			砂糖	1	1.3	枝豆むきみ(冷)	5	6.5	でん粉	0.7	0.91	なす	20	26	
			しょうゆ	0.7	0.91								パプリカ(黄)	5	6.5
			調味酒	1.5	1.95	＜アジの香り揚げ＞			＜五目豆＞				洋風スープの素	0.6	0.78
						アジ	40	50	大豆	8	9.6	ホールトマト(カット)	30	39	
						しょうが	0.6	0.72	砂糖	0.8	0.96	塩	0.2	0.26	
						調味酒	1	1.2	しょうゆ	0.8	0.96	こんにゃく	10	12	
食	砂糖	2	2.4	こまつな	25	30	小麦粉	8	9.6	角切昆布	1	1.2	こしょう	0.01	0.02
	うすくちしょうゆ	1	1.2	太もやし	20	24	米粉	1	1.2	にんじん	8	9.6	＜コンソメスープ＞		
	酢	2	2.4	にんじん	7	8.4	青じそ粉	0.2	0.24	ちくわ	8	9.6	カットウインナー	10	12
	塩	0.08	0.1	しょうゆ	1.8	2.16	油	5	6	しょうゆ	1.2	1.44	たまねぎ	20	24
			砂糖	0.5	0.6								にんじん	7	8.4
			調味酒	0.5	0.6	＜冬瓜のカレー汁＞			＜すまし汁＞				シェルマカロニ	5	6
			ごま油	0.3	0.36	えのきだけ	8	9.6	えのきだけ	7	8.4	洋風スープの素	0.8	0.96	
						とうがん	40	48	花麩	8	9.6	塩	0.2	0.24	
						豆腐	15	18	豆腐	20	24	こしょう	0.01	0.02	
						けずり節	1.5	1.8	けずり節	1.5	1.8	パセリ	0.8	0.96	
材	えのきだけ	8	9.6	＜わかめと卵のスープ＞			＜すまし汁＞			うすくちしょうゆ	2	2.4	＜ムース＞		
	油揚げ	3	3.6	豆腐	15	18	えのきだけ	7	8.4	塩	0.3	0.36	レモンムース	30	
	豆腐	20	24	えのきだけ	7	8.4	花麩	8	9.6	こしょう	10	12	＜タルト＞		
	けずり節	1.5	1.8	でん粉	0.5	0.6	調味酒	1.5	1.8	しょうゆ	10	12	もものタルト		35
	赤みそ	4.25	5.1	液卵	20	24	塩	0.3	0.36	うすくちしょうゆ	2	2.4			
	白みそ	4.25	5.1	鶏ガラスープの素	0.8	0.96	カレー粉	0.15	0.18	塩	2	2.4			
	こねぎ	3	3.6	うすくちしょうゆ	1	1.2	うすくちしょうゆ	2	2.4	ほうれん草	10	12			
	＜小魚＞			塩	0.1	0.12	でん粉	1	1.2						
	味付き小魚	5	5	こしょう	0.01	0.02	こまつな	10	12						
				カットわかめ	0.5	0.6									
			＜アイスクリーム＞												
			アイスクリーム	50	50										

令和6年7月分 岐阜市学校給食献立

p.3

南地区		16日(火)		17日(水)		18日(木)		19日(金)				
		No. 11		No. 9		No. 12		No. 14				
		小学校	中学校	小学校	中学校	小学校	中学校	小学校	中学校	小学校	中学校	中学校
使 用 食 材	<米飯>	176	242	<一食中華麺>	180	250	<米飯>	176	242	<食パン>	91	119
	<牛乳>	206	206	<牛乳>	206	206	<牛乳>	206	206	<牛乳>	206	206
	<麻婆豆腐>			<担々麺>			<夏野菜カレー>			<煮込みハンバーグ>		
	サラダ油	0.5	0.65	サラダ油	0.5	0.7	サラダ油	0.5	0.6	サラダ油	0.5	0.6
	にんにく	0.1	0.13	にんにく	0.2	0.28	にんにく	0.2	0.24	たまねぎ	10	12
	しょうが	1	1.3	県産豚肉(ミンチ用)	20	28	しょうが	0.2	0.24	ハンバーグ	60	80
	県産豚肉(ミンチ用)	20	26	豆板醤	0.3	0.42	県産豚肉(平切)	25	30	ケチャップ	3.2	3.84
	豆腐(冷)	100	130	太もやし	30	42	塩	0.2	0.24	ウスターソース	2.5	3
	しょうゆ	3	3.9	メンマ	5	7	こしょう	0.02	0.03	砂糖	0.7	0.84
	調味酒	3	3.9	鶏ガラスープの素	0.8	1.12	たまねぎ	40	48	でん粉	0.4	0.48
	赤みそ	3	3.9	塩	0.2	0.28	トマト	20	24			
	砂糖	0.6	0.78	こしょう	0.01	0.02	なす	25	30	<キャベツのソテー>		
	豆板醤	0.4	0.52	しょうゆ	2	2.8	かぼちゃ(角切)	25	30	サラダ油	0.5	0.6
	塩	0.2	0.26	赤みそ	2	2.8	ローリエ(粉末)	0.04	0.05	キャベツ	40	48
	鶏ガラスープの素	0.6	0.78	ごま(ペースト)	4	5.6	サイコロチーズ	4	4.8	ピーマン	5	6
	でん粉	1	1.3	すりごま	2.5	3.5	洋風スープの素	1	1.2	ホールコーン(冷)	10	12
	にら	10	13	にら	10	14	ケチャップ	5	6	塩	0.2	0.24
	ごま油	1	1.3				ウスターソース	3	3.6	こしょう	0.01	0.02
				<シューマイ>			塩	0.4	0.48			
	<甘エビのから揚げ>			コーンシューマイ	36	60	小麦粉	4	4.8	<ポテトスープ>		
	甘エビ(粉付き)	25	30				マーガリン	4	4.8	ベーコン	5	6
	油	2.5	3	<じゃがいものオイスターソース炒め>			カレー粉	0.7	0.84	たまねぎ	20	24
	<中華サラダ>			ごま油	0.55	0.66	脱脂粉乳	4	4.8	にんじん	7	8.4
	大根	30	36	にんじん	5	6				じゃがいも	40	48
	にんじん	8	9.6	じゃがいも	35	42	<豆のマリネ>			洋風スープの素	0.8	0.96
	きゅうり	7	8.4	ピーマン	10	12	大豆	8	9.6	塩	0.3	0.36
	ホールコーン(冷)	6	7.2	オイスターソース	1	1.2	砂糖	0.8	0.96	こしょう	0.01	0.02
	ドレッシング	6	7.2	しょうゆ	0.5	0.6	うすくちしょうゆ	0.6	0.72	パセリ	0.8	0.96
				塩	0.1	0.12	オリーブ油	1.2	1.44			
	<冷凍みかん>			こしょう	0.01	0.02	たまねぎ	5	6	<発酵乳>		
	みかん(冷)	55	70	<ゼリー>			赤ピーマン	3	3.6	発酵乳		125
				ミニゼリー	22	22	砂糖	0.6	0.72			
							塩	0.2	0.24			
							こしょう	0.01	0.02			
							酢	2	2.4			
							パセリ	0.3	0.36			
							<フルーツポンチ>					
							黄桃(レトルト)	20	24			
							パイン(レトルト)	20	24			
							カットゼリー(ぶどう)	30	36			