



きりぼしだいこんとツナにつけ
ちくわのいそべあげ
みかん

ぶたじる 1日
エネルギー668kcal 塩分2.1g

キャベツのソテー
ふかしいも

ソフトめん シーフードソース 2日
エネルギー671kcal 塩分2.3g

フルーツポンチ
ビビンバどんぶり
わかめスープ 3日
エネルギー596kcal 塩分1.5g

コーンキャベツ
チリコンカン
あきあじスープ 4日
エネルギー596kcal 塩分2.0g

ごまあえ
とりにくのだいずのもの
りんご

こんさいじる 7日
エネルギー594kcal 塩分1.3g

こまつなのそぼろいため
あつやきたまご
なっとう

とうふのみそしる 8日
エネルギー632kcal 塩分1.8g

ふぞくフェスティバル 9日

こふきいも
ジャンバラヤ
チーズ
まめのスープ 10日
エネルギー617kcal 塩分2.3g

だいこんとあつあげのもの
アユのごまみそだれ
せいりゆうじる 11日
エネルギー584kcal 塩分1.7g

たいいくのひ 14日

しゅうききゅうぎょうび 15日

れんこんのサラダ
オムレツ
ジャム
チンゲンサイのクリームに 16日
エネルギー666kcal 塩分2.6g

ふくじんづけ
まめのマリネ
ヨーグルト
きのこカレー 17日
エネルギー691kcal 塩分2.2g

きりぼしだいこんのちゅうかいため
すぶた
はるさめスープ 18日
エネルギー624kcal 塩分2.1g

れんこんのきんぴら
サバのみそに
かきたまじる 21日
エネルギー614kcal 塩分1.8g

いそにしき
とりにくのからあげ
いなかじる 22日
エネルギー671kcal 塩分2.2g

こまつなのびたし
さつまいもいりかきあげ
いっしょうどん かやくうどん 23日
エネルギー612kcal 塩分1.3g

ナムル
かんこくふうにくじゃが
トックスープ 24日
エネルギー596kcal 塩分1.7g

かいそうサラダ
フライビーンズ
くろパン さつまいものシチュー 25日
エネルギー668kcal 塩分2.3g

おかかあえ
こうやどうふのたまごとし
みかん
岐福(ぎふ)みそしる 28日
エネルギー602kcal 塩分2.0g

いかのかけあえ
ぶたにくとれんこんのいために
のりのつくだに
つんきーだごじる 29日
エネルギー622kcal 塩分2.0g

フルーツもりあわせ
あげパン やきビーフン 30日
エネルギー615kcal 塩分1.6g

こまつなのだいずあえ
サケのきのこあんかけ
せきはん いかだしじる 31日
エネルギー670kcal 塩分1.7g

10月
ぎふだいがくふぞくしょうちゅうがっこう
ぜんきかてい

令和6年10月分 岐阜市学校給食献立

南地区	1日(火)		2日(水)		3日(木)		4日(金)		7日(月)		8日(火)	
	No. 10	小学校	No. 3	小学校	No. 2	小学校	No. 13	小学校	No. 20	小学校	No. 16	小学校
使	<米飯>	176	<ソフト麺>	180	<米飯>	176	<食パン>	91	<米飯>	176	<米飯>	176
	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206
用	<ちくわの磯辺揚げ>		<シーフードソース>		<ピピンパ丼>		<チリコンカン>		<鶏肉と大豆の煮物>		<厚焼き卵>	
	ちくわ	40	ベーコン	5	サラダ油	0.5	サラダ油	0.5	大豆	12	厚焼き卵	50
食	青のり粉	0.2	たまねぎ	30	県産豚肉(ミンチ)	30	にんにく	0.2	サラダ油	0.5	<小松菜のそぼろ炒め>	
	小麦粉	8.5	にんじん	10	にんにく	0.2	県産豚肉(ミンチ用)	30	しょうが	0.3	サラダ油	0.3
材	米粉	1.5	イカ(たんざく)	20	しょうが	0.4	塩	0.1	ねぎ	3	調味酒	1
	油	5	アサリ(むきみ)	15	砂糖	1	こしょう	0.01	鶏肉(2cm角切)	40	砂糖	0.8
	<切り干し大根とツナの煮つけ>		白ワイン	2	しょうゆ	2	たまねぎ	10	砂糖	1	調理酒	1
	サラダ油	0.3	塩	0.4	本みりん	0.5	金時豆	12	調味酒	2	砂糖	0.8
	切り干し大根(せん)	5	こしょう	0.03	ぜんまい(水煮)	15	ウスターソース	1.8	しょうゆ	2	しょうゆ	1
	魚のオイル漬け	10	洋風スープの素	1	油揚げ	5	ケチャップ	4.5	太もやし	15	太もやし	15
	砂糖	0.5	マーガリン	4	砂糖	1	赤とうがらし	0.02	<ごまあえ>	30	こまつな	0.5
	うすくちしょうゆ	1.5	小麦粉	4	しょうゆ	0.5	<コーンキャベツ>		こまつな	20	本みりん	0.5
	けずり節	0.5	ピーマン	5	ごま油	6	キャベツ	35	太もやし	30	しょうゆ	0.8
	さやいんげん(冷)	5	脱脂粉乳	4	にんじん	20	ホールコーン(冷)	12	けずり節	0.5	<豆腐の味噌汁>	
	<豚汁>		<ふかしいも>		小大豆もやし	20	洋風スープの素	0.1	しょうゆ	1.8	豆腐	15
	県産豚肉(平切)	10	さつまいも	50	ほうれん草	20	塩	0.2	すりごま	1	えのきだけ	7
	大根	15	塩	0.18	しょうゆ	1	こしょう	0.01	<根菜汁>	0.01	油揚げ	3
	ごぼう	7	<キャベツのソテー>		こしょう	0.02	コチュジャン	0.3	大根	20	大根	15
	にんじん	7	サラダ油	0.5	コチュジャン	0.3	<秋味スープ>		にんじん	10	けずり節	1.5
	さといも	20	キャベツ	25	<わかめスープ>		ベーコン	5	ごぼう	5	けずり節	4.25
	こんにやく	10	太もやし	20	キャベツ	20	大根	20	さといも	7	赤みそ	4.25
	豆腐	15	ホールコーン(冷)	5	鶏ガラスープの素	0.8	にんじん	5	厚揚げ(冷)	10	白みそ	7
	赤みそ	8.5	洋風スープの素	0.2	塩	0.1	生しいたけ	5	けずり節	1.5	ねぎ	7
	けずり節	1.5	塩	0.15	こしょう	0.01	しめじ	10	塩	0.3	<納豆>	
	ねぎ	5	こしょう	0.01	うすくちしょうゆ	0.8	えのきだけ	10	しょうゆ	1.5	糸引き納豆	30
	<みかん>		カットわかめ	0.01	ねぎ	0.5	洋風スープの素	0.2	<りんご>			
	みかん	55	ねぎ	7	白ごま(いり)	1	塩	0.01	りんご(袋)	30		
			<フルーツポンチ>		ほうれん草	20	しょうゆ	10				
			パイン(レトルト)		<小魚>							
			黄桃(レトルト)		味付き小魚	15						
			ダイスゼリー(みかん)			15						
			ダイスゼリー(ぶどう)			20						

南地区	10日(木)		11日(金)		16日(水)		17日(木)		18日(金)		21日(月)	
	No. 17	小学校	No. 9	小学校	No. 22	小学校	No. 7	小学校	No. 5	小学校	No. 1	小学校
	<米飯> <牛乳>	176 206	<米飯> <牛乳>	176 206	<食パン> <牛乳>	91 206	<米飯> <牛乳>	176 206	<米飯> <牛乳>	176 206	<米飯> <牛乳>	176 206
使	<ジャンバラヤ> サラダ油	0.5	<アユのごま味噌だれ> アユ	35	<チンゲンサイのクリーム煮> 鶏肉(2cm角切)	20	<きのこカレー> サラダ油	0.5	<酢豚> 県産豚肉(2cm角切)	40	<サバの味噌煮> サバ	50
用	カットウインナー	20	塩	0.1	塩	0.2	にんにく	0.2	しょうゆ	1	しょうが	0.7
	たまねぎ	40	米粉	1.5	こしょう	0.01	しょうが	0.1	調味酒	1	ねぎ	5
	セロリー	4	油	3	たまねぎ	30	県産豚肉(平切)	20	しょうが	1	砂糖	4
	にんじん	5	砂糖	2.5	にんじん	15	塩	0.2	米粉	1	赤みそ	5
	ピーマン	5	赤みそ	3	じゃがいも	40	こしょう	0.05	でん粉	7	調味酒	1
	マッシュルーム(水煮)	5	本みりん	2	サラダ油	0.5	たまねぎ	40	油	2.5		
	ホールコーン(冷)	8	調味酒	1	塩	0.3	にんじん	15	サラダ油	0.5	<れんこんのきんぴら>	
	洋風スープの素	0.8	すりごま	0.35	こしょう	0.02	じゃがいも	35	にんじん	15	サラダ油	0.5
食	トマトピューレ	5	白ごま(いり)	0.35	洋風スープの素	0.8	マッシュルーム(水煮)	5	たまねぎ	30	れんこん	15
	ケチャップ	6			米粉	3	しめじ	10	たけのこ(レトルト)	10	にんじん	10
	チリパウダー	0.02	<大根と厚揚げの煮もの>		牛乳(調理用)	30	エリンギ	5	干しいたけ(ホール)	0.8	つきだしこんにゃく	10
	塩	0.2	大根	50	チンゲンサイ	20	サイコロチーズ	4	ピーマン	5	さやいんげん(冷)	5
	こしょう	0.01	厚揚げ(冷)	20			洋風スープの素	1	パプリカ(赤)	5	砂糖	1
材	<粉ふきいも>		けずり節	0.5	<オムレツ>		塩	0.2	パプリカ(黄)	5	しょうゆ	2
	じゃがいも	60	砂糖	1	オムレツ	30	リンゴペースト	3	酢	2.4	本みりん	0.6
	塩	0.2	しょうゆ	2	<れんこんのサラダ>		ケチャップ	2	砂糖	3.2	一味とうがらし	
	こしょう	0.02	こまつな	10	れんこん	15	ウスターソース	2	しょうゆ	4		
			<清流汁>		キャベツ	25	マーガリン	4	鶏ガラスープの素	0.16	<かきたま汁>	
	<豆のスープ>		米粉麺(冷)	7	ホールコーン(冷)	8	小麦粉	4	でん粉	0.45	干しいたけ(スライス)	0.5
	ベーコン	5	かまぼこ(魚)	10	ドレッシング	7	カレー粉	0.7			豆腐	30
	たまねぎ	10	にんじん	7			脱脂粉乳	4	<切り干し大根の中華炒め>		けずり節	1.5
	キャベツ	25	けずり節	1.5	<ジャム>				ごま油	0.4	塩	0.3
	白いんげん豆(ゆで)	5	塩	0.3	ブルーベリージャム	15	<豆のマリネ>		しょうゆ	0.9	うすくちしょうゆ	2
	レッドキドニー(ゆで)	5	うすくちしょうゆ	2			大豆	8	調味酒	0.8	でん粉	0.6
	枝豆むきみ(冷)	5	ほうれん草	10			砂糖	0.8	切り干し大根(せん)	0.6	液卵	15
	洋風スープの素	0.8					うすくちしょうゆ	0.6	こまつな	15	ほうれん草	10
	塩	0.2	<ふりかけ>				サラダ油	1.2	オイスターソース	2		
	こしょう	0.01	ふりかけ				砂糖	0.6	調味酒	0.8		
	パセリ	1					酢	2	塩	0.08		
							塩	0.2	こしょう	0.01		
	<チーズ>						こしょう	0.01	でん粉	0.15		
	角チーズ	10					たまねぎ	5				
							赤ピーマン	3	<春雨スープ>			
							パセリ	0.3	ロースハム	7		
									はるさめ	5		
							<福神漬>		きくらげ(スライス)	0.5		
							福神漬	10	太もやし	10		
									鶏ガラスープの素	0.8		
							<ヨーグルト>		塩	0.2		
							ヨーグルト	80	こしょう	0.01		
									こねぎ	3		

南地区	22日(火)		23日(水)		24日(木)		25日(金)		28日(月)		29日(火)	
	No. 15	小学校	No. 12	小学校	No. 19	小学校	No. 18	小学校	No. 6	小学校	No. 14	小学校
使	<米飯>	176	<一食うどん>	175	<米飯>	176	<黒パン>	77	<米飯>	176	<米飯>	176
	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206
用	<鶏肉のから揚げ>		<かやくうどん>		<韓国風肉じゃが>		<さつまいものシチュー>		<高野豆腐の卵とじ>		<豚肉とれんこんの炒め煮>	
	鶏肉 (2cm角切)	60	鶏肉 (切込)	20	ごま油	1	サラダ油	0.5	サラダ油	0.5	サラダ油	0.5
食	しょうが	0.6	干しいたけ (スライス)	0.5	にんにく	0.2	鶏肉 (切込)	20	鶏肉 (切込)	15	しょうが	0.5
	調味酒	0.5	にんじん	8	県産豚肉 (平切)	8	塩	25	たまねぎ	30	県産豚肉 (平切)	40
材	しょうゆ	2	油揚げ	5	コチュジャン	0.3	こしょう	0.0	にんじん	5.0	調味酒	1.0
	米粉	1	かまぼこ (いちょう)	10	じゃがいも	10	たまねぎ	30	干しいたけ (スライス)	0.5	れんこん	20
食	でん粉	7	けずり節	2	砂糖	1.5	にんじん	10	高野豆腐	5	本みりん	1
	油	6	塩	0.3	しょうゆ	3	さつまいも	50	砂糖	1	しょうゆ	3
食	<磯錦>		しょうゆ	3	調味酒	1	洋風スープの素	0.8	うすくちしょうゆ	2.5	砂糖	0.5
	大豆	8	ねぎ	7	にら	5	塩	0.2	塩	0.1	さやいんげん (冷)	5
材	砂糖	0.8	<さつまいも入りかき揚げ>		すりごま	1	こしょう	0.01	けずり節	0.3	でん粉	0.5
	しょうゆ	0.64	大豆 (ゆで)	10	<ナムル>		マーガリン	3	液卵	30	<いかのかけあえ>	
材	にんじん	8	さつまいも (せん切り)	25	ごま油	0.5	小麦粉	3	イカ (たんざく)	15	イカ (たんざく)	15
	ちくわ	8	くきわかめ (冷)	5	太もやし	30	パセリ	1	太もやし	30	調味酒	1
材	くきわかめ	8	たまねぎ	20	ほうれん草	1.8	<フライビーンズ>		こまつな	20	大根	25
	砂糖	0.4	調味酒	1	しょうゆ	0.2	大豆	15	しょうゆ	1.8	にんじん	5
材	しょうゆ	0.8	小麦粉	10	砂糖	0.2	でん粉	2	本みりん	0.5	酢	3
	<田舎汁>		米粉	2	<トックスープ>		油	1.5	花かつお	0.3	白みそ	2.5
材	大根	20	塩	0.05	トック	6	塩	0.08	<岐福 (ぎふ) 味噌汁>		砂糖	1.2
	さといも	15	油	6	トック	6	大根	0.08	大根	20	本みりん	1.5
材	えのきだけ	5	<小松菜の煮びたし>		カットわかめ	0.5	7	<海藻サラダ>		すりごま	0.5	
	ごぼう	7	こまつな	20	にんじん	7	海藻ミックス	20	さといも	25	<つんきーだご汁>	
材	厚揚げ (冷)	10	太もやし	30	豆腐	20	大根	0.8	油揚げ	3	すいとん (冷)	20
	けずり節	1.5	しめじ	10	鶏ガラスープの素	0.8	きゅうり	0.1	けずり節	1.5	ごぼう	7
材	塩	0.3	けずり節	0.5	塩	10	ホールコーン (冷)	0.01	赤みそ	8.5	ごぼう	7
	しょうゆ	2	本みりん	0.5	こしょう	0.5	ドレッシング	1	ねぎ	5	にんじん	5
材	こまつな	10	しょうゆ	1.8	うすくちしょうゆ	1.8	ねぎ	7	<みかん>		干しいたけ (スライス)	0.5
	でん粉	1						みかん	55	さといも	15	
材	<ゼリー>									厚揚げ (冷)	10	
	ミニゼリー									はくさい	15	
材										けずり節	1.5	
										塩	0.3	
材										しょうゆ	2	
										ねぎ	5	
材										<のりの佃煮>		
										のりの佃煮	10	

南地区	30日(水)		31日(木)	
	No. 8	小学校	No. 23	小学校
使	<小型パン>小1.2年	42	<赤飯>	169
	小3~6年	63	<牛乳>	206
用	<牛乳>	206	<サケのきのこあんかけ>	
	<揚げパン>		サケ	40
食	油	6	塩	0.1
	シナモンシュガー	6	調味酒	0.15
材	<焼きビーフン>		でん粉	4.0
	サラダ油	0.5	米粉	1
	県産豚肉(平切)	20	油	4
	しょうが	0.6	生しいたけ	3
	ねぎ	2	えのきだけ	3
	しょうゆ	0.5	枝豆むきみ(冷)	2
	調味酒	0.5	うすくちしょうゆ	1.2
	にんじん	10	本みりん	1.2
	たけのこ(レトルト)	8	けずり節	0.3
	干しいたけ(スライス)	0.5	でん粉	0.3
	きくらげ(スライス)	0.8	<小松菜の大豆あえ>	
	たまねぎ	20	こまつな	25
	キャベツ	30	太もやし	25
	ピーマン	6	大豆フレーク	0.5
	鶏ガラスープの素	0.5	けずり節	0.5
	砂糖	0.2	本みりん	0.5
	塩	0.1	うすくちしょうゆ	1.8
	こしょう	0.01	<笹師汁>	
	しょうゆ	1.2	県産豚肉(平切)	10
	ビーフン	20	ごぼう	7
	<フルーツ盛り合わせ>		大根	15
	黄桃(レトルト)	20	にんじん	7
	パイン(レトルト)	20	こんにやく	10
	ダイゼリー(マスカット)	30	豆腐	15
	<大豆入り小魚>		けずり節	1.5
	大豆入り小魚		赤みそ	8.5
			ねぎ	7