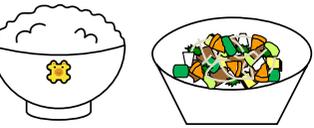
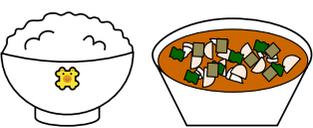
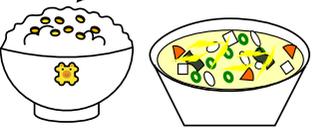
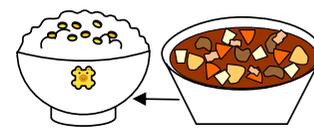
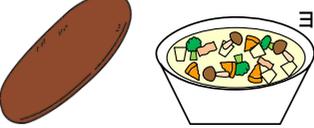
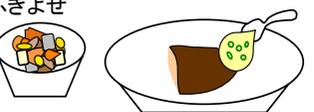
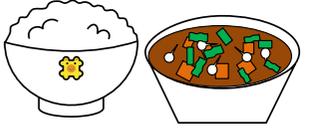
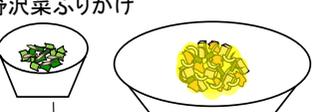
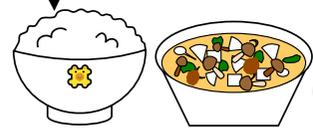
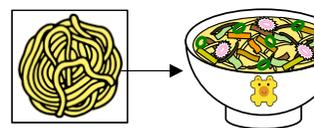
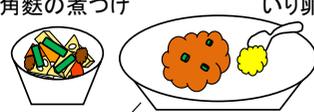
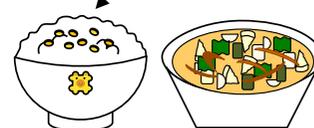
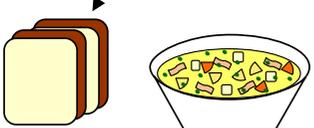
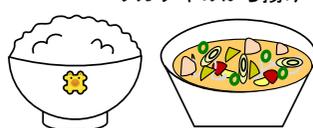
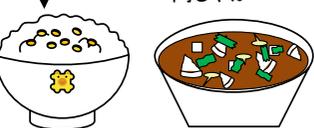
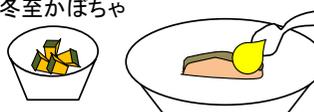
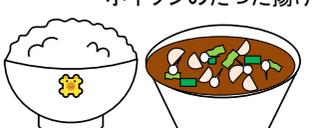
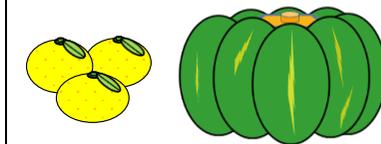


| | | | | |
|--|--|--|---|--|
| <p>ほうれん草のおかかあえ</p>  <p>金時豆の甘煮</p>  <p>ひきずり</p> <p>2日</p> <p>エネルギー800kcal 塩分1.6g</p> | <p>ひじきと大豆の煮物</p>  <p>ちくわの香味揚げ</p>  <p>みかん</p> <p>具だくさん味噌汁</p> <p>3日</p> <p>エネルギー821kcal 塩分3.5g</p> | <p>フルーツ盛り合わせ</p>  <p>ピビンバ丼</p>  <p>(麦入り) 卵入りトックスープ</p> <p>4日</p> <p>エネルギー790kcal 塩分2.3g</p> | <p>水菜のサラダ</p>  <p>フライビーンズ</p>  <p>(麦入り) シーフードカレー</p> <p>5日</p> <p>エネルギー803kcal 塩分2.6g</p> | <p>キャベツのソテー</p>  <p>フライドチキン</p>  <p>ヨーグルト</p> <p>黒パン</p> <p>冬野菜のスープ</p> <p>6日</p> <p>エネルギー859kcal 塩分2.6g</p> |
| <p>ふきよせ</p>  <p>サバのおろしだれ</p>  <p>厚揚げの岐福(ぎふ)味噌汁</p> <p>9日</p> <p>エネルギー823kcal 塩分2.2g</p> | <p>野沢菜ふりかけ</p>  <p>凍み豆腐の卵とじ</p>  <p>りんご</p> <p>きのこのみぞれ汁</p> <p>10日</p> <p>エネルギー763kcal 塩分2.0g</p> | <p>切り干し大根の中華炒め</p>  <p>ギョーザ</p>  <p>一食中華麺</p> <p>野菜ラーメン</p> <p>11日</p> <p>エネルギー771kcal 塩分3.4g</p> | <p>角麩の煮つけ</p>  <p>いり卵</p> <p>三色ごはん</p>  <p>(麦入り) のっぺい汁</p> <p>12日</p> <p>エネルギー820kcal 塩分2.6g</p> | <p>コーンキャベツ</p>  <p>チリコンカン</p>  <p>チーズ</p> <p>ポテトスープ</p> <p>13日</p> <p>エネルギー788kcal 塩分3.4g</p> |
| <p>白菜の煮びたし</p>  <p>厚焼き卵</p>  <p>豚汁</p> <p>16日</p> <p>エネルギー777kcal 塩分2.5g</p> | <p>煮なます</p>  <p>ワカサギのから揚げ</p>  <p>きりたんぼ鍋</p> <p>17日</p> <p>エネルギー751kcal 塩分1.6g</p> | <p>大豆入りツナごはん</p>  <p>肉じゃが</p>  <p>(麦入り) 大根の岐福(ぎふ)味噌汁</p> <p>18日</p> <p>エネルギー806kcal 塩分2.4g</p> | <p>冬至かぼちゃ</p>  <p>サケのゆず味噌かけ</p>  <p>ふりかけ</p> <p>(麦入り) 打ち込み汁</p> <p>19日</p> <p>エネルギー782kcal 塩分2.6g</p> | <p>じゃがいものオイスターソース炒め</p>  <p>エビと厚揚げのチリソース煮</p>  <p>ゼリー</p> <p>ワンタンスープ</p> <p>20日</p> <p>エネルギー765kcal 塩分2.4g</p> |
| <p>切り干し大根の煮つけ</p>  <p>小イワシのたつた揚げ</p>  <p>デザート</p> <p>里芋の岐福(ぎふ)味噌汁</p> <p>23日</p> <p>エネルギー852kcal 塩分2.0g</p> | <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="text-align: center;">  <p>あじのたび</p> <p>今日は「長野県」です。</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>鉄分が多い献立の日</p> <p>食物せんいが 多い献立の日</p> <p>「日本型食事」の日</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>12月21日は冬至です</p>  </div> <div style="text-align: center;"> <p>12月</p>  <p>岐阜大学教育学部附属小中学校 後期課程</p> </div> </div> | | | |

令和6年12月分 岐阜市学校給食献立

| 南地区 | 2日(月) | | 3日(火) | | 4日(水) | | 5日(木) | | 6日(金) | | 9日(月) | |
|-----|----------------|------------|-------------------|------------|----------------|------------|--------------------|------------|------------------------|-----------------|------------------|------------|
| | No. 1 | 中学校 | No. 11 | 中学校 | No. 13 | 中学校 | No. 3 | 中学校 | No. 5 | 中学校 | No. 8 | 中学校 |
| | <米飯> <牛乳> | 242 206 | <米飯> <牛乳> | 242 206 | <米飯> <牛乳> | 242 206 | <米飯> <牛乳> | 242 206 | <黒パン> <牛乳> | 105 206 | <米飯> <牛乳> | 242 206 |
| 使 | <ひきずり> サラダ油 | 0.6 | <ちくわの香味揚げ> ちくわ | 60 | <ビビンバ> サラダ油 | 0.6 | <シーフードカレー> サラダ油 | 0.6 | <フライドチキン> 鶏肉(2cm角切) | 72 | <サバのおろしだれ> サバ | 60 |
| 用 | 鶏肉(すき焼き用) | 48 | 青のり粉 | 0.3 | 県産豚肉(ミンチ用) | 36 | ベーコン | 6 | 調味酒 | 0.6 | 塩 | 0.12 |
| | 調味酒 | 1.2 | 紅しょうが | 2.1 | にんにく | 0.24 | にんにく | 0.24 | しょうが | 0.6 | 調味酒 | 1.2 |
| | 砂糖 | 0.6 | 小麦粉 | 12.75 | しょうが | 0.48 | しょうが | 0.48 | にんにく | 0.36 | でん粉 | 4.8 |
| | しょうゆ | 1.2 | 米粉 | 2.25 | 砂糖 | 1.2 | イカ(たんざく) | 24 | 小麦粉 | 7.2 | 米粉 | 1.2 |
| | にんじん | 12 | 油 | 7.5 | しょうゆ | 2.4 | アサリ(むきみ) | 18 | 米粉 | 1.2 | 油 | 6 |
| | しらたき | 24 | | | 本みりん | 0.6 | 白ワイン | 0.6 | チリパウダー | 0.03 | 大根 | 18 |
| | はくさい | 36 | <ひじきと大豆の煮物> | | ぜんまい(水煮) | 18 | たまねぎ | 18 | パセリ(乾) | 0.03 | うすくちしょうゆ | 1.2 |
| | ねぎ | 36 | 大豆 | 6 | 油揚げ | 6 | にんじん | 6 | オールスパイス | 0.03 | 本みりん | 0.36 |
| 食 | しゅんぎく | 6 | 砂糖 | 0.6 | 砂糖 | 1.2 | じゃがいも | 48 | 塩 | 0.1 | 砂糖 | 0.24 |
| | 角麩 | 24 | しょうゆ | 0.6 | しょうゆ | 0.6 | サイコロチーズ | 4.8 | こしょう | 0.02 | こねぎ | 1.2 |
| | かまぼこ | 12 | サラダ油 | 0.48 | ごま油 | 0.6 | 塩 | 0.36 | 油 | 7.2 | | |
| | 砂糖 | 1.8 | にんじん | 12 | にんじん | 7.2 | 洋風スープの素 | 1.2 | | | <ふきよせ> | |
| | しょうゆ | 3.6 | ひじき(長) | 3.6 | 小大豆もやし | 24 | リンゴペースト | 3.6 | <キャベツのソテー> | | サラダ油 | 0.6 |
| 材 | <金時豆の甘煮> | | 油揚げ | 3.6 | ほうれん草 | 24 | ケチャップ | 2.4 | サラダ油 | 0.36 | 鶏肉(切込) | 18 |
| | 金時豆 | 14.4 | けずり節 | 0.6 | しょうゆ | 1.2 | ウスターソース | 4.8 | キャベツ | 36 | ごぼう | 12 |
| | 砂糖 | 2.88 | 砂糖 | 0.96 | 塩 | 0.24 | マーガリン | 4.8 | こまつな | 18 | にんじん | 12 |
| | 塩 | 0.1 | しょうゆ | 2.16 | こしょう | 0.03 | 小麦粉 | 4.8 | ホールコーン(冷) | 9.6 | こんにやく | 18 |
| | しょうゆ | 0.38 | さやいんげん(冷) | 6 | コチュジャン | 0.36 | カレー粉 | 0.84 | 洋風スープの素 | 0.12 | 干しいたけ(ホール) | 1.2 |
| | | | <具だくさん味噌汁> | | <卵入りトックスープ> | | 脱脂粉乳 | 4.8 | 塩 | 0.24 | 砂糖 | 0.6 |
| | <ほうれん草のおかかあえ> | | 大根 | 24 | 干しいたけ(スライス) | 1.2 | <フライビーンズ> | | こしょう | 0.02 | うすくちしょうゆ | 2.4 |
| | 太もやし | 36 | こんにやく | 12 | トック | 24 | 大豆 | 12 | | | 調味酒 | 1.2 |
| | ほうれん草 | 30 | さともも | 24 | カットわかめ | 0.6 | でん粉 | 1.2 | <冬野菜のスープ> | | くりの甘露煮 | 9.6 |
| | しょうゆ | 1.8 | けずり節 | 1.8 | 鶏ガラスープの素 | 0.96 | 油 | 1.2 | ベーコン | 6 | 本みりん | 0.6 |
| | 本みりん | 0.6 | 赤みそ | 5.1 | うすくちしょうゆ | 1.2 | 塩 | 0.1 | たまねぎ | 18 | | |
| | 花かつお | 0.36 | 白みそ | 5.1 | 塩 | 0.12 | | かぶ | 12 | <厚揚げの味噌(ぎふ)味噌汁> | | |
| | | | こまつな | 12 | こしょう | 0.02 | <水菜のサラダ> | | しめじ | 24 | えのきだけ | 8.4 |
| | | | <みかん> | | でん粉 | 1.2 | みずな | 6 | 洋風スープの素 | 0.96 | カットわかめ | 0.6 |
| | | | みかん | 70 | 液卵 | 18 | 太もやし | 42 | 塩 | 0.24 | けずり節 | 1.8 |
| | | | | | ねぎ | 8.4 | ホールコーン(冷) | 7.2 | こしょう | 0.02 | 赤みそ | 9.6 |
| | | | | | <フルーツ盛り合わせ> | | ドレッシング | 7.2 | ブロッコリー | 12 | こまつな | 12 |
| | | | | | 黄桃(レトルト) | 24 | | | <ヨーグルト> | | | |
| | | | | | パイナップル(レトルト) | 24 | | | ヨーグルト | 80 | | |
| | | | | | カットゼリー(いちご) | 24 | | | | | | |

