

# 1月

ぎふだいがくきょういুকがくぶふぞくしゅうちゅうがっこう  
 岐阜大学教育学部附属小中学校  
 前期課程

## 1/20~24は ぎふし がっこうきゅうしよくしゅうかん

20日 味の旅「岐阜県可茂」  
 21日 学校給食選手権入賞献立  
 岐阜県立岐阜高等学校の生徒が考えた献立  
 22日 EXPO 2025大阪・関西万博  
 にむけた献立  
 23日 昭和53年ごろの給食  
 24日 友好姉妹都市「オーストリア  
 ウィーンの料理」

しらたまぜんざい  
 いためなます  
 (むぎいり) にくどうふ 9日  
 エネルギー602kcal 塩分2.0g

キャベツのソテー  
 にこみハンバーグ  
 こめこしよくパン はくさいのスープ 10日  
 エネルギー620kcal 塩分1.5g



せいじんのひ 13日  
 エネルギー655kcal 塩分1.6g

ブロッコリーのおかかあえ  
 とりにくのオランダに  
 かきたまじる 14日  
 エネルギー655kcal 塩分1.6g

シナモンビーンズ  
 ビビンバどんぶり  
 (むぎいり) トックスープ 15日  
 エネルギー623kcal 塩分1.6g

ほうれんそうのごまあえ  
 サバのみそに  
 (むぎいり) けんちんじる 16日  
 エネルギー608kcal 塩分1.7g

フルーツヨーグルト  
 アサリのスパゲティ  
 クロワッサン ポトフ 17日  
 エネルギー593kcal 塩分2.1g

ほしがきいりおひたし  
 ゆうぜんごはん  
 きざみのり  
 おおとしのごっつお 20日  
 エネルギー602kcal 塩分1.8g

かぶのゆずドレッシングあえ  
 ワカサギのふゆやさいあんかけ  
 あぶらあげとしょうがの  
 ポカポカ岐福(ぎふ)みそぶたじる 21日  
 エネルギー608kcal 塩分1.6g

みずなのたいたん  
 あげたこやき  
 ぶどう  
 ヨーグルト  
 いっしょくうどん にくぎざみうどん 22日  
 エネルギー606kcal 塩分1.8g

フルーツもりあわせ  
 フレンチサラダ  
 こざかな  
 (むぎいり) カレーライス 23日  
 エネルギー679kcal 塩分2.3g

クラウトザラート  
 チキンシュニッツェルトマトソース  
 チョコクリーム  
 はいがパン カルトツフェルズuppe 24日  
 エネルギー687kcal 塩分2.6g

はくさいのにびたし  
 シシャモのいそべあげ  
 みそにこみおでん 27日  
 エネルギー641kcal 塩分1.8g

ひじきとだいずのもの  
 ぶたにくのしょうがやき  
 はなふのすましじる 28日  
 エネルギー597kcal 塩分1.8g

だいこんのナムル  
 グリーンポテト  
 2年2組が育てた  
 大根を使うよ♡  
 ソフトめん ミートソース 29日  
 エネルギー646kcal 塩分2.3g

ギョーザ  
 ちゅうかどんぶり  
 (むぎいり) わかめスープ 30日  
 エネルギー607kcal 塩分2.2g

ブロッコリーのサラダ  
 オムレツ  
 コッペパン ビーンズスープ 31日  
 エネルギー594kcal 塩分2.6g

令和7年1月分 岐阜市学校給食献立

南地区	9日(木)		10日(金)		14日(火)		15日(水)		16日(木)		17日(金)	
	No. 2	小学校	No. 4	小学校	No. 8	小学校	No. 6	小学校	No. 5	小学校	No. 7	小学校
使	<米飯>	176	<米粉食パン>	91	<米飯>	176	<米飯>	176	<米飯>	176	<クロワッサン>	40
	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206
用	<肉豆腐>		<煮込みハンバーグ>		<鶏肉のオランダ煮>		<ピピンバ并>		<サバの味噌煮>		<アサリのスパゲティ>	
	県産豚肉	20	サラダ油	0.5	鶏肉(2cm角切)	50	サラダ油	0.5	サバ	50	スパゲティ	25
食	調味酒	0.5	たまねぎ	10	しょうが	0.7	県産豚肉(ミンチ用)	30	しょうが	0.7	にんにく	0.2
	たまねぎ	20	ハンバーグ	60	しょうゆ	0.3	にんにく	0.2	ねぎ	5	サラダ油	0.5
材	にんじん	12	ケチャップ	3.2	調味酒	1	しょうが	0.4	砂糖	4	魚のオイル漬け	12
	しらたき	10	ウスターソース	2.5	でん粉	6	砂糖	1	赤みそ	5	アサリ(むきみ)	15
	はくさい	30	砂糖	0.7	米粉	2	しょうゆ	2	調味酒	1	白ワイン	2
	豆腐(冷)	90	でん粉	0.4	鶏レバー(粉付)	10	本みりん	0.5		0.5	たまねぎ	20
	砂糖	1			油	6	ぜんまい(水煮)	15	<ほうれん草のごまあえ>	15	マッシュルーム(水煮)	3
	しょうゆ	3	<キャベツのソテー>		砂糖	1.2	油揚げ	5	ほうれん草	5	洋風スープの素	0.5
	本みりん	1	サラダ油	0.5	しょうゆ	1.8	砂糖	1	はくさい	20	塩	0.3
	花かつお	0.5	キャベツ	35	調味酒	1	しょうゆ	0.5	にんじん	5	こしょう	0.02
	<白玉ぜんざい>		ホールコーン(冷)	7	鶏ガラスープの素	0.1	ごま油	0.5	うすくちしょうゆ	1.7	パセリ	1
	あずき	10	塩	0.2		0.2	にんじん	6	本みりん	0.3		
	砂糖	6	こしょう	0.01	<ブロッコリーのおかあえ>		小大豆もやし	20	すりごま	1	<ポトフ>	
	塩	0.1	<白菜のスープ>		にんじん	10	ほうれん草	1	サラダ油	20	サラダ油	0.5
	白玉団子(冷)	20	ベーコン	5	ブロッコリー	20	しょうゆ	0.1	<けんちん汁>	1	鶏肉(2cm角切)	30
	<炒めなます>		たまねぎ	10	キャベツ	20	塩	0.1	ごま油	0.6	白ワイン	0.5
	サラダ油	0.5	にんじん	7	うすくちしょうゆ	1.8	こしょう	0.02	ごぼう	7	たまねぎ	20
	大根	25	じゃがいも	20	本みりん	0.2	コチュジャン	0.3	こんにゃく	10	にんじん	10
	にんじん	5	洋風スープの素	0.8	けずり節	0.5		0.5	大根	10	じゃがいも	35
	れんこん	15	塩	0.2	花かつお	0.3	<シナモンビーンズ>	0.3	さといも	25	かぶ	10
	油揚げ	1.5	こしょう	0.01	<かきたま汁>		大豆	12	油揚げ	3	洋風スープの素	1
	砂糖	0.8			液卵	15	でん粉	1	豆腐	20	塩	0.3
	本みりん	1			豆腐	30	シナモンシュガー	1.2	角切昆布	0.7	こしょう	0.01
	調味酒	1			干しいたけ(スライス)	0.5		1.2	けずり節	1.5		
	しょうゆ	1.5			けずり節	1.5	<トックスープ>	1.5	しょうゆ	0.25	<フルーツヨーグルト>	
	塩	0.1			塩	0.3	トック	0.3	塩		黄桃(レトルト)	20
	酢	1			うすくちしょうゆ	2	はくさい	15			パイン(レトルト)	20
	白ごま(いり)	1			ほうれん草	7	カットわかめ	0.5			りんご(レトルト)	15
					でん粉	0.6	ねぎ	10			ヨーグルト	20
							鶏ガラスープの素	0.8				
							塩	0.2				
							こしょう	0.01				
							うすくちしょうゆ	1				



南地区	28日(火)		29日(水)		30日(木)		31日(金)	
	No. 16	小学校	No. 17	小学校	No. 15	小学校	No. 18	小学校
使	<米飯>	176	<ソフト麺>	180	<米飯>	176	<コッペパン>	77
	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206
用	<豚肉のしょうが焼き>		<ミートソース>		<中華丼>		<ビーンズスープ>	
	サラダ油	0.5	サラダ油	0.5	サラダ油	0.5	大豆	7
	県産豚肉(平切)	50	にんにく	0.1	しょうが	0.2	サラダ油	0.5
	しょうが	0.5	しょうが	1	県産豚肉(平切)	20	鶏肉(切込)	12
	たまねぎ	35	県産豚肉(ミンチ用)	20	調味酒	0.4	塩	0.08
	ピーマン	5	塩	0.1	しょうゆ	0.5	こしょう	0.01
	本みりん	2	こしょう	0.06	たまねぎ	20	たまねぎ	30
	しょうゆ	3	たまねぎ	40	にんじん	10	にんじん	10
	調味酒	1.2	にんじん	15	たけのこ(レトルト)	5	じゃがいも	35
			マッシュルーム(水煮)	5	干しいたけ(ホール)	0.6	サイコロチーズ	3.5
食	<ひじきと大豆の煮物>		砂糖	2	きくらげ(ホール)	1	洋風スープの素	1
	大豆	5	ウスターソース	6	はくさい	25	塩	0.3
	砂糖	0.5	洋風スープの素	1.2	むきエビ	10	こしょう	0.03
	しょうゆ	0.5	サイコロチーズ	4	イカ(タンザク)	20	カレー粉	0.2
	サラダ油	0.5	マーガリン	3	鶏ガラスープの素	0.6	牛乳(調理用)	40
	ひじき(長)	3	小麦粉	3	塩	0.1	米粉	2
	にんじん	7	トマトソース	20	こしょう	0.02	パセリ	1
	油揚げ	3	トマトピューレ	8	砂糖	0.4		
	砂糖	1.2			しょうゆ	1.2	<オムレツ>	
	しょうゆ	2	<グリーンポテト>		調味酒	0.4	オムレツ	30
材	さやいんげん(冷)	5	じゃがいも	50	ごま油	0.4		
			塩	0.15	でん粉	1.5	<ブロッコリーのサラダ>	
	<花麩のすまし汁>		こしょう	0.01			ブロッコリー	20
	大根	15	パセリ(乾)	0.05	<ギョーザ>		キャベツ	20
	干しいたけ(スライス)	0.5			ギョーザ	34	ホールコーン(冷)	7
	えのきだけ	6	<大根のナムル>		油	3.4	ドレッシング(コーン)	7
	花麩	10	大根	30				
	けずり節	1.5	太もやし	10	<わかめスープ>			
	塩	0.3	ホールコーン(冷)	10	カットわかめ	0.5		
	うすくちしょうゆ	2	ごま油	10	えのきだけ	10		
ほうれん草	10	しょうゆ	1.8	キャベツ	20			
		砂糖	0.2	鶏ガラスープの素	0.8			
				塩	0.2			
				こしょう	0.01			
				うすくちしょうゆ	1			
				ねぎ	5			