

筑前煮 千草焼き 大根の味噌汁 2日 エネルギー652kcal 塩分1.8g	ひじきごはん ちくわの磯辺揚げ ミニゼリー 沢煮椀 3日 エネルギー804kcal 塩分2.8g	切干大根の中華炒め 高野豆腐入り酢豚 春雨のスープ 4日 エネルギー757kcal 塩分2.6g	ジャーマンポテト チキンライス チーズ 卵スープ 5日 エネルギー756kcal 塩分2.6g	フルーツカクテル 厚揚げともやしの炒め物 小型パン 焼きそば 6日 エネルギー791kcal 塩分4.0g
じゃがいものそぼろ煮 イワシの梅煮 かみなり汁 9日 エネルギー752kcal 塩分2.0g	かみかみあえ 大豆入りツナごはん 豆腐の味噌汁 10日 エネルギー700kcal 塩分2.5g	小松菜の大豆あえ コロッケ ソフト麺 和風あんかけ 11日 エネルギー811kcal 塩分2.5g	枝豆の塩ゆで 鶏肉のレモン煮 岐福(ぎふ)味噌汁 12日 エネルギー760kcal 塩分1.8g	キャベツのソテー 煮込みハンバーグ コーンポタージュ 13日 エネルギー772kcal 塩分3.4g
じゃがいものきんぴら ひじきの佃煮 シシャモの天ぷら キャベツの岐福(ぎふ)味噌汁 16日 エネルギー741kcal 塩分2.6g	ごまあえ 鶏肉と大豆の煮物 田舎汁 17日 エネルギー754kcal 塩分2.1g	チンゲンサイの炒めもの かりぼり煮干し ソフト麺 中華あんかけ 18日 エネルギー745kcal 塩分3.2g	キャベツのおかかあえ アジの薬味だれ かきたま汁 19日 エネルギー758kcal 塩分2.2g	大根サラダ オムレツ ジャム ポークビーンズ 20日 エネルギー766kcal 塩分3.1g
チンゲンサイの煮びたし モウカザメのお茶揚げ つみれ汁 23日 エネルギー744kcal 塩分2.0g	切干大根のハリハリ漬け 豚丼 オレンジ すまし汁 24日 エネルギー715kcal 塩分2.8g	フルーツポンチ キーマカレー ナン マカロニスープ 25日 エネルギー757kcal 塩分2.6g	大根とツナの煮物 高野豆腐の卵とじ じゃがいもの味噌汁 26日 エネルギー756kcal 塩分2.6g	豆とキャベツのサラダ 鶏肉のトマト煮 コッペパン ポテトスープ 27日 エネルギー791kcal 塩分4.0g
キャベツの甘酢あえ 豚肉のスタミナ焼き 豆乳デザート 切り干し大根の味噌汁 30日 エネルギー791kcal 塩分4.0g	あじのたび 今日は「静岡県」です	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	6月は「食育月間」です。 食について考える月です。	6月 岐阜大学教育学部附属小中学校 後期課程

令和7年6月分 岐阜市学校給食献立

2日(月)		3日(火)		4日(水)		5日(木)		6日(金)		9日(月)	
No. 6	中学校	No. 13	中学校	No. 19	中学校	No. 8	中学校	No. 4	中学校	No. 1	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	<小型パン> <牛乳>	77 206	<米飯> <牛乳>	242 206
<千草焼き> 千草焼き	62.5	<ひじきごはん> サラダ油 鶏肉(切込・細かめ) ひじき(米) にんじん 油揚げ 高野豆腐(細) けずり節 砂糖 しょうゆ 本みりん さやいんげん(冷) 砂糖 しょうゆ 調味酒 さやいんげん(冷)	0.48 12 3.6 9.6 3.6 1.2 0.6 1.44 2.4 0.6 6 1.2 3 0.6 6	<高野豆腐入り酢豚> 県産豚肉(2cm角切) しょうゆ 調味酒 しょうが 高野豆腐 鶏ガラスープの素 でん粉 米粉 油 たまねぎ にんじん 干しいたけ(ホール) ピーマン サラダ油 酢 砂糖 しょうゆ 鶏ガラスープの素 でん粉	26 0.65 0.65 0.65 6.5 0.52 7.8 1.3 3.25 39 19.5 1.04 13 0.65 3.12 4.16 5.2 0.21 0.52	<チキンライス> サラダ油 鶏肉(切込・細かめ) たまねぎ にんじん 洋風スープの素 塩 こしょう トマトソース ケチャップ マッシュルーム(水煮)	0.65 39 52 6.5 0.66 0.26 0.04 15.6 6.5 6.5	<焼きそば> サラダ油 県産豚肉(焼きそば用) 塩 こしょう にんじん キャベツ 中華麺(蒸し麺) ウスターソース 焼きそばソース 紅しょうが 粉かつお 青のり粉	0.6 30 0.6 0.05 18 60 84 6.6 7.2 1.8 0.36 0.24	<イワシの梅煮> イワシ しょうが ざらめ しょうゆ 本みりん 調味酒 梅干し <じゃがいものそば煮> サラダ油 県産豚肉(ミンチ用) 調味酒 じゃがいも にんじん たまねぎ 砂糖 しょうゆ 本みりん けずり節 さやいんげん(冷)	40 0.84 1.8 3 3.6 4.8 3 6 7.2 0.6 24 1.2 42 12 24 1.2 2.16 0.6 0.36 6
<筑前煮> サラダ油 鶏肉(2cm角切) ごぼう にんじん こんにゃく たけのこ(レトルト) 干しいたけ(ホール) はんぺん(ひじき) 砂糖 しょうゆ 調味酒 さやいんげん(冷)	0.6 18 18 12 18 12 1.2 18 1.2 3 0.6 6	<ちくわの磯辺揚げ> ちくわ 青のり粉 小麦粉 米粉 油	60 0.3 12.75 2.25 7.5	<切り干し大根の中華炒め> ごま油 しょうゆ 調味酒 切り干し大根(せん) こまつな オイスターソース 調味酒 塩 こしょう でん粉	0.48 0.6 0.6 3.6 18 1.2 0.96 0.1 0.02 0.18	<卵スープ> えのきだけ 洋風スープの素 塩 こしょう でん粉 豆腐 液卵 ほうれん草	12 0.96 0.36 0.02 0.72 24 30 18	<厚揚げともやしの炒め物> サラダ油 にんにく ベーコン きくらげ(スライス) 厚揚げ(冷)10g 太もやし チンゲンサイ 塩 こしょう しょうゆ オイスターソース	8.4 12 48 0.12 0.03 12 0.96 0.36 0.02 0.72 24 30 18	<かみなり汁> サラダ油 こんにゃく ごぼう 大根 豆腐 油揚げ けずり節 塩 しょうゆ ねぎ	0.6 12 8.4 18 24 6 1.8 0.36 2.4 8.4
<大根の味噌汁> 大根 えのきだけ 豆腐 油揚げ けずり節 赤みそ 白みそ こまつな	36 6 18 6 1.8 5.1 5.1 12	<沢煮椀> 県産豚肉(厚めのたんざく切り) 調味酒 ごぼう 大根 干しいたけ(ホール) けずり節 塩 うすくちしょうゆ	12 0.6 6 18 0.6 1.8 0.36 2.4	<春雨のスープ> ロースハム はるさめ きくらげ(スライス) 太もやし 鶏ガラスープの素 塩 こしょう ねぎ	8.4 6 0.6 12 0.96 0.24 0.02 6	<ジャーマンポテト> ベーコン たまねぎ じゃがいも 塩 こしょう 卵スープ えのきだけ 洋風スープの素 塩 こしょう でん粉 豆腐 液卵 ほうれん草	13 0.65 3.12 4.16 5.2 0.21 0.52 12 0.96 0.36 0.02 0.72 24 30 18	<フルーツカクテル> 黄桃(レトルト) パイナップル(レトルト) ダイスゼリー(マスカット)	8.4 12 48 0.12 0.03 12 0.96 0.36 0.02 0.72 24 30 18	<ミニゼリー> ミニゼリー	22

10日(火)		11日(水)		12日(木)		13日(金)		16日(月)		17日(火)	
No. 3	中学校	No. 9	中学校	No. 2	中学校	No. 20	中学校	No. 11	中学校	No. 12	中学校
<米飯> <牛乳>	242 206	<ソフト麺> <牛乳>	230 206	<米飯> <牛乳>	242 206	<食パン> <牛乳>	105 206	<米飯> <牛乳>	242 206	<米飯> <牛乳>	242 206
<大豆入りツナごはん> 大豆 砂糖 しょうゆ サラダ油 にんじん 魚のオイル漬け 砂糖 しょうゆ 本みりん しょうが	 10. 4 1. 04 1. 04 0. 39 10. 4 39 1. 3 1. 56 0. 65 0. 65	<和風あんかけ> 鶏肉 (切込) 干しいたけ (ホール) しめじ にんじん たまねぎ 油揚げ かまぼこ けずり節 塩 しょうゆ さやいんげん (冷) でん粉	 21 0. 7 9. 8 11. 2 28 7 9. 8 2. 8 0. 42 4. 2 7 4. 2	<鶏肉のレモン煮> 鶏肉 (2cm角切) 調味酒 小麦粉 米粉 油 砂糖 うすくちしょうゆ レモン果汁	 60 1. 44 5. 76 2. 88 6 1. 3 2. 59 2. 59	<煮込みハンバーグ> サラダ油 たまねぎ ハンバーグ ケチャップ ウスターソース 砂糖 でん粉	 0. 6 12 80 3. 84 3 0. 84 0. 48	<シシヤモの天ぷら> シシヤモ 小麦粉 米粉 油 <じゃがいものきんぴら> サラダ油 ごぼう つきだしこんにゃく にんじん じゃがいも あげはんぺん 砂糖 しょうゆ 塩 さやいんげん (冷) 白ごま (いり) 一味とうがらし	 30 9. 6 1. 2 3. 6 鶏肉 (2cm角切) 砂糖 調味酒 しょうゆ 8. 4 12 36 12 0. 96 2. 04 0. 06 3. 6 1. 2 0. 01	<鶏肉と大豆の煮物> 大豆 サラダ油 しょうが ねぎ 鶏肉 (2cm角切) 砂糖 調味酒 しょうゆ <ごまあえ> ほうれん草 太もやし けずり節 しょうゆ すりごま <田舎汁> ごぼう にんじん 大根 こんにゃく 豆腐 油揚げ 赤みそ 郡上味噌 けずり節 こねぎ	 15. 6 0. 65 0. 39 3. 9 65 1. 3 2. 6 2. 6 24 36 0. 6 2. 16 1. 2 8. 4 8. 4 18 12 24 6 4. 8 5. 4 1. 8 3. 6
<かみかみあえ> こまつな 太もやし 切り干し大根 (せん) せん切り昆布 調味酒 本みりん うすくちしょうゆ 塩	 18 24 2. 4 0. 6 1. 2 1. 2 1. 8 0. 12	<コロッケ> コロッケ 油 <小松菜の大豆あえ> こまつな 太もやし しょうゆ 本みりん けずり節 大豆フレーク	 60 6 30 36 2. 16 0. 36 0. 6 1. 2	<岐福 (ぎふ) 味噌汁> 大根 えのきだけ カットわかめ 厚揚げ (冷) けずり節 赤みそ こまつな	 24 8. 4 0. 6 12 1. 8 9. 6 12	<コーンポタージュ> サラダ油 たまねぎ コーンペースト (冷) ホールコーン (冷) 洋風スープの素 塩 こしょう 牛乳 コーンスターチ パセリ	 0. 6 18 36 12 0. 96 0. 24 0. 02 36 1. 2 1. 2	<キャベツの岐福 (ぎふ) 味噌汁> 厚揚げ (冷) えのきだけ カットわかめ けずり節 赤みそ キャベツ <ひじきの佃煮> ひじきの佃煮	 12 8. 4 0. 6 1. 8 9. 6 24 7		

18日(水)		19日(木)		20日(金)		23日(月)		24日(火)		25日(水)	
No. 14	中学校	No. 5	中学校	No. 15	中学校	No. 16	中学校	No. 18	中学校	No. 17	中学校
<ソフト麺>	230	<米飯>	242	<食パン>	105	<米飯>	242	<米飯>	242	<ナン>	
<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206	1～3年生	
<中華あんかけ>		<アジの薬味だれ>		<ポークビーンズ>		<モウカザメのお茶揚げ>		<豚丼>		4～6年生	120
サラダ油	0.7	アジ	50	大豆	13	モウカザメ(角切)	60	サラダ油	0.65	中学生	206
しょうが	0.28	塩	0.12	サラダ油	0.65	調味酒	1.2	県産豚肉(平切)	45.5	<牛乳>	
県産豚肉(平切)	28	調味酒	1.2	県産豚肉(平切)	19.5	お茶(粉末)	0.12	ごぼう	9.1	<キーマカレー>	
調味酒	1.12	でん粉	2.4	たまねぎ	39	小麦粉	9.6	たまねぎ	39	サラダ油	0.65
しょうゆ	0.7	米粉	1.2	にんじん	19.5	米粉	0.84	にんじん	13	にんにく	0.26
たまねぎ	42	油	6	じゃがいも	52	油	7.2	しらたき	32.5	しょうが	0.26
にんじん	21	うすくちしょうゆ	3	トマト	13			かまぼこ	9.1	県産豚肉(ミンチ用)	39
たけのこ(レトルト)	7	酢	1.8	ケチャップ	7.8	<チンゲンサイの煮びたし>		砂糖	2.34	塩	0.13
干しいたけ(ホール)	1.12	砂糖	2.4	トマトピューレ	13	チンゲンサイ	30	しょうゆ	4.55	こしょう	0.03
きくらげ(スライス)	1.4	本みりん	0.6	ウスターソース	2.34	キャベツ	24	ねぎ	6.5	たまねぎ	52
鶏ガラスープの素	1.12	しょうが	0.6	砂糖	0.52	油揚げ	6		0.6	にんじん	10.4
塩	0.28	青じそ	0.25	洋風スープの素	1.04	けずり節	0.6	<切り干し大根のハリハリ漬け>	0.6	小麦粉	1.3
こしょう	0.04			塩	0.2	本みりん	0.6	切り干し大根(せん)	0.6	レンズ豆(水煮)	6.5
砂糖	0.7	<キャベツのおかかあえ>		こしょう	0.03	しょうゆ	2.4	にんじん	2.4	ホールコーン(冷)	6.5
しょうゆ	4.2	キャベツ	42	<オムレツ>		<つみれ汁>		せん切り昆布	0.96	枝豆むきみ(冷)	13
調味酒	0.7	きゅうり	6	オムレツ	50	ごぼう	8.4	砂糖	1.2	砂糖	0.26
ごま油	1.4	しょうゆ	1.8			にんじん	6	しょうゆ	2.4	塩	0.26
でん粉	4.2	本みりん	0.6	<大根サラダ>		大根	18	酢	2.4	洋風スープの素	0.85
		花かつお	0.36	大根	36	つみれ	12	本みりん	0.6	トマトピューレ	5.2
<かりぼり煮干し>		<かきたま汁>		きゅうり	12	けずり節	1.8	一味とうがらし	0.01	ウスターソース	5.2
煮干し	7.2	豆腐	24	ホールコーン(冷)	0.6	赤みそ	7.2	<すまし汁>		クミン	0.03
でん粉	0.6	干しいたけ(ホール)	0.6	ドレッシング	12	白みそ	5.1	干しいたけ(ホール)	0.6	コリアンダー	0.03
油	1.68	花麩	12	<ジャム>		ねぎ	8.4	えのきだけ	8.4	カレー粉	0.65
にんじん	4.8	けずり節	1.8	岐阜市産イチゴジャム	15			豆腐	24	<マカロニスープ>	
せん切り昆布	0.96	塩	0.36					玉麩(乾)	1.2	ベーコン	6
砂糖	1.68	うすくちしょうゆ	2.4					けずり節	1.8	たまねぎ	18
酢	0.96	でん粉	0.72					塩	0.24	にんじん	8.4
しょうゆ	0.96	液卵	24					うすくちしょうゆ	2.4	じゃがいも	24
カレー粉	0.07	ほうれん草	12					ほうれん草	12	マカロニ(アルファベット)	1.8
<チンゲンサイの炒めもの>										洋風スープの素	0.96
サラダ油	0.6							<オレンジ>		塩	0.36
チンゲンサイ	30							オレンジ(袋)	30	こしょう	0.02
太もやし	30									パセリ	1.2
塩	0.24									<フルーツポンチ>	
こしょう	0.02									パイン(レトルト)	24
しょうゆ	0.6									黄桃(レトルト)	24
鶏ガラスープの素	0.36									カクテルゼリー(冷)	36

26日(木)		27日(金)		30日(月)	
No. 21	中学校	No. 10	中学校	No. 22	中学校
<米飯>	242	<コッペパン>	105	<米飯>	242
<牛乳>	206	<牛乳>	206	<牛乳>	206
<高野豆腐の卵とじ>		<鶏肉のトマト煮>		<豚肉のスタミナ焼き>	
サラダ油	0.65	サラダ油	0.72	サラダ油	0.78
鶏肉(切込)	19.5	にんにく	0.29	にんにく	0.26
たまねぎ	39	鶏肉(2cm角切)	72	しょうが	0.65
にんじん	6.5	塩	0.24	県産豚肉(平切)	52.00
干しいたけ(ホール)	0.65	こしょう	0.02	たまねぎ	45.5
高野豆腐	6.5	たまねぎ	30	ねぎ	13
けずり節	0.39	しめじ	14.4	にら	13
砂糖	1.3	洋風スープの素	0.24	砂糖	0.65
うすくちしょうゆ	3.25	トマトソース	12	本みりん	1.3
塩	0.13	トマトピューレ	6	しょうゆ	3.9
液卵	39	ウスターソース	2.4	でん粉	0.91
		砂糖	1.2		
<大根とツナの煮物>		コーンスターチ	1.44	<キャベツの甘酢あえ>	
大根	65			キャベツ	42
魚のオイル漬け	19.5	<豆とキャベツのサラダ>		にんじん	8.4
砂糖	0.52	キャベツ	36	ホールコーン(冷)	8.4
しょうゆ	2.6	きゅうり	8.4	砂糖	2.4
調味酒	1.3	大豆(ゆで)	6	うすくちしょうゆ	1.2
さやいんげん(冷)	6.5	ホールコーン(冷)	6	酢	2.4
		ドレッシング(コーン)	8.4	塩	0.1
<じゃがいもの味噌汁>		<ポテトスープ>		<切り干し大根の味噌汁>	
じゃがいも	36	ベーコン	6	切り干し大根(せん)	2.4
厚揚げ(冷)	12	たまねぎ	24	豆腐	24
カットわかめ	0.6	にんじん	12	油揚げ	3.6
けずり節	1.8	じゃがいも	42	カットわかめ	0.36
赤みそ	4.8	洋風スープの素	0.96	けずり節	1.8
白みそ	4.8	塩	0.24	赤みそ	4.8
こまつな	12	こしょう	0.02	白みそ	4.8
		パセリ	1.2	<豆乳デザート>	
				豆乳デザート	40