

# 給食献立表

<p>1日</p> <p>カラフルポテト ハンバーグ 食パン 野菜スープ</p>	<p>2日</p> <p>メロンゼリー マーボー厚揚げ 麦ごはん 中華スープ</p>	<p>3日</p> <p>こんにゃくサラダ フライドビーンズ ソフトめん ツナトマトソース</p>	<p>4日</p> <p>冬瓜のそぼろ煮 サケの香味焼き 麦ごはん 玉ねぎのみそ汁</p>	<p>5日</p> <p>ぶどう 豚肉のごま揚げ ひじきごはん 湯葉のすまし汁</p>
<p>8日 いい歯の日</p> <p>ごぼうサラダ オムレツ コッペパン かぼちゃのポタージュ</p>	<p>9日</p> <p>トマト肉じゃが 厚揚げのおろしがけ 麦ごはん なすのみそ汁</p>	<p>10日</p> <p>フルーツのゼリーあえ 明宝フランクフルト 小型パン 焼きそば</p>	<p>11日</p> <p>チンジャオロース 豚シューマイ 麦ごはん 春雨スープ</p>	<p>12日</p> <p>ゆかりあえ イワシのかば焼き 麦ごはん わかめのみそ汁</p>
<p>15日</p> <p>敬老の日 <b>敬老の日</b> </p>	<p>16日</p> <p>切干大根の煮物 豚丼の具 麦ごはん 豆腐のみそ汁</p>	<p>17日</p> <p>海藻サラダ 春巻き 中華めん しょうゆラーメンのつゆ</p>	<p>18日 食育の日</p> <p>こんにゃくのおかか煮 なすの肉みそかけ 麦ごはん かぼちゃ入りけんちん汁</p>	<p>19日</p> <p>フローズンヨーグルト 野菜コロッケ ツナピラフ キャベツスープ</p>
<p>22日</p> <p>ビーンズサラダ ささ身のレモンソース 黒パン ミネストローネ</p>	<p>23日</p> <p>秋分の日 </p>	<p>24日</p> <p>小松菜のおかかあえ 竹輪の磯辺揚げ うどん 卵とじうどんのつゆ</p>	<p>25日</p> <p>ラ・フランスゼリー 大根サラダ ナン 秋野菜カレー</p>	<p>26日</p> <p>冷凍みかん きんぴらごぼう おからハンバーグ 麦ごはん わかめスープ</p>
<p>29日</p> <p>キャベツのソテー なすのポロネーゼ 食パン コンソメスープ</p>	<p>30日</p> <p>ひじきの炒め煮 サワラのみそネーズ焼き 麦ごはん 大根のすまし汁</p>	<p>夏バテ予防や疲労回復には、豚肉や納豆などビタミンB1を多く含む食品と、にんにく、にら、ねぎなどのアリシンを多く含む食品を一緒にとると効果的です。食欲がない時は、のどごしがよい豆腐料理や卵料理を選びましょう。また、うなぎにはビタミンAやB群、E、たんぱく質が豊富で、体力増進に効果があります。</p> 		

学校給食に使われる岐阜県産農産物には、JAグループ、市町村、県による助成が行われています。「学校給食地産地消推進事業」は学校給食において岐阜県産農産物を積極的に活用することを通じて、学期からの食農教育を推進することを目的としています。