

岐阜給食センター 献立表

エネルギー (kcal)	
蛋白質 (g)	
脂質 (g)	
Ca (mg)	
水分 (g)	

2025年04月

日付	昼食 スタミナ弁当	栄養価	昼食 オフィス弁当	栄養価	昼食 プチ弁当	栄養価
1日(火)	キーマカレークノードル たれ付き野菜肉巻き 彩り海鮮ステーキ(紅生姜)	365 14.0 19.2 3.9	キーマカレークノードル たれ付き野菜肉巻き もやしの生姜炒め	301 10.5 16.6 2.8	キーマカレークノードル たれ付き野菜肉巻き もやしの生姜炒め	226 6.7 12.0 2.1
2日(水)	鰯フライ パリッとウインナー いかの照り焼き	391 19.2 17.3 4.8	鰯フライ パリッとウインナー じゃが芋と枝豆の醤油バター	343 13.2 17.0 4.0	鰯フライ パリッとウインナー 切干大根の炒め煮	265 10.8 14.4 2.7
3日(木)	豚肉の生姜炒め ビーンズサラダ たれ付き肉団子	322 26.3 13.7 2.5	豚肉の生姜炒め いんげんのかか和え たれ付き肉団子	274 21.7 11.6 2.3	豚肉の生姜炒め いんげんのかか和え ビーンズサラダ	189 17.2 7.8 1.7
4日(金)	ジャンボ海老フライ 人参とミンチの煮物 チンジャオロース	419 18.7 18.9 3.2	エビグラタンコロッケ れんこんまんじゅう 菜花の胡麻和え	339 11.8 18.8 2.7	エビグラタンコロッケ れんこんまんじゅう チンジャオロース	308 10.0 17.2 1.8
5日(土)	カツオカツ 焼きギョーザ ミニウインナーオムレツ	378 17.2 18.2 3.6	カツオカツ 焼きギョーザ 厚揚げの中華風煮	299 12.6 13.9 2.7		
7日(月)	黒毛和牛メンチカツ 鶏肉の一味焼き じゃが芋そぼろ煮	441 16.0 24.1 3.4	一口メンチカツ 鶏肉の一味焼き じゃが芋そぼろ煮	277 13.4 13.5 2.3	一口メンチカツ 鶏肉の一味焼き 玉葱のボン酢和え	243 12.2 13.1 1.6
8日(火)	コーンたっぷりフライ チーズ入りつくね 焼きギョーザ	386 17.1 18.6 3.2	コーンたっぷりフライ チーズ入りつくね チキンサラダ	306 13.0 15.1 2.5	コーンたっぷりフライ チーズ入りつくね ブロッコリーのソテー	270 12.3 13.9 2.2
9日(水)	トンカツ パンブキンキッシュ れんこんのピリ辛煮	412 16.6 25.2 3.8	トンカツ パンブキンキッシュ れんこんのピリ辛煮	299 12.3 17.9 3.0	トンカツ パンブキンキッシュ れんこんのピリ辛煮	276 11.6 17.0 2.2
10日(木)	ささみロールカツ 桜えび入りオムレツ ます塩焼き	381 23.3 15.9 2.8	鶏ささみロールカツ 桜えび入りオムレツ ます塩焼き	289 17.0 13.8 1.8	鶏ささみロールカツ 桜えび入りオムレツ 華風炒め	254 12.5 12.6 1.6
11日(金)	アスパラベーコンクリームフライ 焼いて食べる肉詰めいなり ふんわり豆腐ステーキ	426 14.1 29.4 4.0	アスパラベーコンクリームフライ 焼いて食べる肉詰めいなり ツナ炒め	323 10.1 22.2 2.9	アスパラベーコンクリームフライ 焼いて食べる肉詰めいなり 茄子の揚げ浸し	275 7.2 18.9 2.4
12日(土)	酢鶏 菜花のかか和え ごぼうのコールスロー	382 18.0 18.3 4.1	酢鶏 白菜の中華炒め ごぼうのコールスロー	317 14.4 15.1 3.5		
14日(月)	大きな海老カツ チヂミ 春雨の辛いいため煮	376 18.6 13.7 2.4	エビカツ チヂミ 春雨の辛いいため煮	262 11.5 13.4 2.7	エビカツ チヂミ ひじきの煮物	221 9.6 12.1 2.1
15日(火)	ししゃも磯辺フライ たれ付くわい入りつくね 人参とミンチのカレーソテー	383 23.2 20.3 4.0	ししゃも磯辺フライ たれ付くわい入りつくね チンジャオロース	273 15.9 14.7 3.0	ししゃも磯辺フライ たれ付くわい入りつくね 人参とミンチのカレーソテー	252 14.7 13.5 2.8
16日(水)	ゆず香るチキンカツ 千草焼き 鉄板棒餃子	387 15.8 19.1 4.7	ゆず香るチキンカツ 千草焼き じゃが芋と枝豆の味噌炒め	306 13.2 14.9 3.9	ゆず香るチキンカツ 千草焼き じゃが芋と枝豆の味噌炒め	271 11.9 13.8 3.1
17日(木)	ハンバーグの和風煮 鶏肉の唐揚げ 海老フライ	458 24.0 24.6 4.3	ハンバーグの和風煮 鶏肉の唐揚げ 海老フライ	375 20.1 20.1 3.7	ハンバーグの和風煮 鶏肉の唐揚げ ビーフン華風サラダ	344 16.0 19.6 3.0
18日(金)	三角キャベツ春巻き ハムステーキ 大焼売	237 12.3 10.7 2.9	ブリの照り焼き さつま揚げの煮付け 大焼売	287 18.6 13.3 3.2	三角キャベツ春巻き ハムステーキ 大根と椎茸の煮物	137 6.7 5.8 2.1
19日(土)	白身フライ 粗びきなんこつつくね ミニコロッケ	485 19.9 26.6 3.4	白身フライ 粗びきなんこつつくね 茄子の煮付け	375 18.1 20.7 2.8		
21日(月)	玉子サラダフライ 野菜入りいかバーグ パンブキンキッシュ	335 14.9 16.5 3.4	玉子サラダフライ 野菜入りいかバーグ 南瓜のソテー	270 10.6 13.1 2.7	玉子サラダフライ 野菜入りいかバーグ チンゲン菜の煮浸し	228 9.7 11.8 2.2
22日(火)	厚切りハムカツ わかめとひじきの海鮮ステーキ お好み風卵焼	380 14.2 16.2 3.9	厚切りハムカツ わかめとひじきの海鮮ステーキ マーボー豆腐	325 11.3 13.7 3.2	厚切りハムカツ わかめとひじきの海鮮ステーキ 切干大根の炒め煮	286 8.3 12.1 2.6
23日(水)	菜の花と筍コロッケ ミニフランク 生姜入り豆腐ステーキ	408 14.0 26.4 4.2	菜の花と筍コロッケ ミニフランク 金平ごぼう	300 9.4 19.0 3.0	菜の花と筍コロッケ ミニフランク チンジャオロース	263 8.5 16.4 2.7
24日(木)	ハンバーグのオニオンソース煮 ボムデュセス れんこんとベーコンの炒り煮	491 22.0 24.2 6.3	ハンバーグのオニオンソース煮 れんこんとベーコンの炒り煮 菜花の辛子和え	365 20.2 16.4 5.8	ハンバーグのオニオンソース煮 れんこんとベーコンの炒り煮 菜花の辛子和え	294 16.1 12.6 4.9
25日(金)	特製鶏もも唐揚げ 春雨の辛いいため サバ塩焼き	446 25.6 28.9 2.4	鶏肉の唐揚げ ミニオムレツ サバ塩焼き	344 15.7 21.0 2.6	鶏肉の唐揚げ ミニオムレツ 春雨の辛いいため	293 12.8 16.8 2.3
26日(土)	ホキの磯辺揚げ たれつきジャンボ肉団子 ミニ春巻	363 17.0 14.3 3.7	ホキの磯辺揚げ たれつきジャンボ肉団子 じゃが芋のスープ煮	256 14.6 9.3 3.2		
28日(月)	大きなタコキャベツカツ もちし焼 丸がんもの含め煮	335 16.1 14.1 4.1	タコキャベツカツ もちし焼 ビーフンソテー	259 13.0 10.5 3.3	タコキャベツカツ もちし焼 ビーフンソテー	196 8.4 7.2 2.6
29日(火)	ジャンボ海老フライ いんげんのかか和え すし揚げの煮付け	366 15.7 15.6 2.4	えび入りクリーミーコロッケ 鉄板棒餃子 華風炒め	318 9.3 18.2 2.1		
30日(水)	味噌ヒレカツ ツナ炒め 菜花のお浸し	470 20.1 21.6 4.3	ヒレカツ ふんわり豆腐ステーキ ツナ炒め	301 15.6 17.0 3.2	ヒレカツ ふんわり豆腐ステーキ ツナ炒め	271 13.9 16.0 2.6

- 国内産のお米を使用しております。
- 材料仕入れの都合により、献立を変更させていただきます場合があります。

【参 考】

●白ご飯 200~220g (一食分)

エネルギー	404 kcal
蛋白質	6.0 g
脂 質	0.7 g

●五穀ご飯 200g (一食分)

エネルギー	338 kcal
蛋白質	6.0 g
脂 質	0.9 g

●プチ白ご飯 160~180g (一食分)

エネルギー	270 kcal
蛋白質	4.0 g
脂 質	0.5 g

岐阜給食センター 献立表

エネルギー (kcal)	
蛋白質 (g)	
脂質 (g)	
Ca (mg)	
炭水化物 (g)	
水分 (g)	

2025年04月

日付	夕食 スタミナ弁当	栄養価	栄養価	栄養価
1日(火)	豚バラともやしの塩チャンプルー かに風味焼売 アスパラのニンニク醤油炒め	430 18.7 28.2 5.0		
2日(水)	ホキのチリソースあん 人参とさつま揚げの煮物 うずら豆甘煮	284 16.2 7.1 3.1		
3日(木)	ハンバーグのデミソース煮 フライポテト じゃが芋のカレー煮	436 20.8 23.0 3.2		
4日(金)	国産キャベツのロールフライ 大焼売 グリーンピース棒天含め煮	382 13.0 16.0 3.8		
5日(土)	アジの竜田揚げ 生姜入り豆腐ステーキ 白菜とベーコンのスープ煮	281 18.2 16.5 3.6		
7日(月)	大きなチキンカツ 大根のコールスロー ほうれん草と錦糸卵の和え物	478 20.2 23.4 4.1		
8日(火)	肉団子の野菜あんかけ ツナのカレー炒め 里芋の味噌煮	460 24.2 18.6 2.8		
9日(水)	春野菜のジャーマンポテト アジの竜田揚げ 生姜入り豆腐ステーキ	623 28.5 35.8 4.6		
10日(木)	さごしの照り焼き だし巻きたまご かき揚げ	368 18.2 22.0 3.9		
11日(金)	特製鶏もも唐揚げ こんにゃくのかか煮 カリフラワーとブロッコリーのサラ	533 25.1 28.9 2.7		
12日(土)	あさりと菜の花の和風パスタ ウインナーフライ 茄子のそぼろ煮	517 18.5 22.5 5.1		
14日(月)	ガリバタチキン炒め ミニカレーコロケ 金平れんこん	414 19.7 23.4 3.0		
15日(火)	菜の花コロケ 鶏肉の胡麻焼き じゃが芋のスープ煮	399 14.9 20.5 2.8		
16日(水)	焼きうどんカレー風味 ナス南蛮 クリーミーコロケ	547 12.7 28.2 4.4		
17日(木)	豚バラ肉の塩昆布炒め 人参のドレッシング和え(茹) たれ付き野菜肉巻き	521 19.7 35.6 2.4		
18日(金)	オムレツのトマトソースかけ 華風炒め 焼き豆腐の含め煮	362 19.4 15.0 2.7		
19日(土)	豚肉のあんがらめ ほうれん草の生姜和え しめじの煮付け	337 17.8 18.6 2.3		
21日(月)	韓国ブルコギ チヂミ ごぼうスティック	382 18.8 17.6 3.0		
22日(火)	ささみ天 カレー風味 こんにゃくの炒り煮 笹かま	311 26.0 12.8 2.9		
23日(水)	豚肉の生姜炒め 茄子の揚げ浸し にんじん信田	324 17.9 18.8 2.7		
24日(木)	白身魚の春野菜あんかけ れんこんの天ぷら にら饅頭	407 19.5 18.1 4.4		
25日(金)	トンカツ 大豆のコンソメ煮 大学芋	570 22.7 34.7 3.9		
26日(土)	ごろごろ野菜の酢豚 和風山菜スパゲティ 竹輪の煮付け	420 20.0 19.9 1.8		
28日(月)	鶏肉とアスパラのレモン風味炒め コーンのソテー 白玉団子のきなこ和え	308 7.9 8.1 1.8		
29日(火)	肉団子の回鍋肉風 マカロニのケチャップ炒め チキンと枝豆のドレッシング和え	533 27.2 19.4 5.2		
30日(水)	ピザソースカツ たれつきミニハンバーグ もやしの酢醤油和え	407 13.8 22.8 3.2		

- 国内産のお米を使用しております。
- 材料仕入れの都合により、献立を変更させていただく場合があります。

【参 考】

- 白ご飯 200~220g (一食分)

エネルギー	404 kcal
蛋白質	6.0 g
脂 質	0.7 g

- 五穀ご飯 200g (一食分)

エネルギー	338 kcal
蛋白質	6.0 g
脂 質	0.9 g

- プチ白ご飯 160~180g (一食分)

エネルギー	270 kcal
蛋白質	4.0 g
脂 質	0.5 g

お弁当・仕出し料理

いちい

TEL.058-251-0211
FAX.058-251-3220

岐阜給食センター 献立表

エネルギー (kcal)
蛋白質 (g)
脂質 (g)
炭水化物 (mg)
水分 (g)

2025年04月

日付	昼食 園児食	栄養価	栄養価	栄養価
1日(火)	コーンたっぷりフライ 大焼売 ひじきのサラダ	200 6.0 8.5 1.6		
2日(水)	ヒレカツ もちろし焼 切干大根の炒め煮	185 7.7 5.5 1.4		
3日(木)	ピーマン肉詰フライ ミニオムレツ キャベツとウィンナーのソテー	190 10.6 10.9 1.4		
4日(金)	ハムカツ ミニお好み焼き 人参とミンチの煮物	228 7.7 9.6 1.8		
7日(月)	白身フライ 豚肉の照り焼き 若布のおかか炒め	171 11.4 8.9 0.9		
8日(火)	ささみ磯辺フライ たれつきミニハンバーグ 金平ごぼう	133 7.1 6.1 0.9		
9日(水)	ミニサーモンフライ 野菜とひじきの豆腐焼き 糸切昆布の煮付け	189 11.7 10.4 1.2		
10日(木)	ミニカレーコロッケ ハムステーキ 高野豆腐の煮物	183 9.0 7.7 1.1		
11日(金)	肉詰めれんこんフライ 茹ウィンナー ツナ炒め	199 6.9 13.5 1.2		
14日(月)	ミニ春巻 たれ付き肉団子 チンゲン菜とベーコンのソテー	196 6.0 10.1 1.5		
15日(火)	ナポリタンスパゲッティ 海老フライ いんげんのかか煮	175 7.3 4.7 1.9		
16日(水)	ローストンカツ ハートオムレツ パイン	230 8.2 11.0 2.0		
17日(木)	星型コロッケ 鶏肉の照り焼き もやしのソテー	186 9.9 11.2 1.3		
18日(金)	アジの照り焼き(幼) しまじろう高野豆腐 ごま団子	167 11.9 4.6 2.3		
21日(月)	鶏肉の唐揚げ 蒸しシューマイ 南瓜のソテー	254 9.2 14.7 1.3		
22日(火)	焼きそば 竹輪の磯辺揚げ 小松菜のかか和え	220 6.4 9.0 1.6		
23日(水)	さばのしおやき 人参の煮付け ミニミニたい焼き	178 11.1 6.7 1.9		
24日(木)	ハンバーグのデミソース煮 たこさんウィンナー れんこんとベーコンの炒り煮	237 8.8 14.0 2.6		
25日(金)	ーロメンチカツ 千草焼き チンゲンサイの煮浸し	170 6.3 8.7 1.0		
28日(月)	ミニドーナツコロッケ 焼きギョーザ ビーフソテー	156 4.3 6.4 1.1		
30日(水)	シルバーてりやき だし巻きたまご ミニピンク餅	193 13.5 8.0 1.3		

- 国内産のお米を使用しております。
- 材料仕入れの都合により、献立を変更させていただきます場合があります。

【参 考】

●白ご飯 200~220g (一食分)

エネルギー	404 kcal
蛋白質	6.0 g
脂 質	0.7 g

●五穀ご飯 200g (一食分)

エネルギー	338 kcal
蛋白質	6.0 g
脂 質	0.9 g

●プチ白ご飯 160~180g (一食分)

エネルギー	270 kcal
蛋白質	4.0 g
脂 質	0.5 g

岐阜給食センター 献立表

エネルギー (kcal)	
蛋白質 (g)	
脂質 (g)	
Ca (mg)	
水分 (g)	

2025年05月

日付	昼食 スタミナ弁当	栄養価	昼食 オフィス弁当	栄養価	昼食 プチ弁当	栄養価
1日(木)	ベーコンマヨカツ 春の筍シューマイ ねぎ焼き	401 21.9 26.4 4.6	ベーコンマヨカツ 春の筍シューマイ 肉団子のチリソース煮	303 16.1 23.0 3.8	ベーコンマヨカツ 春の筍シューマイ 大豆のコンソメ煮	225 11.5 20.1 3.0
2日(金)	ササミチーズフライ 菜の花オムレツ たれつきミニハンバーグ	292 13.7 13.5 3.7	ササミチーズフライ 菜の花オムレツ 玉葱とあげの煮物	223 10.1 9.7 2.9	ササミチーズフライ 菜の花オムレツ 玉葱とあげの煮物	177 8.7 8.7 2.2
7日(水)	焼肉カルビ風メンチカツ 玉子ロール 彩り海鮮ステーキ(野菜)	378 13.4 20.7 4.6	焼肉カルビ風メンチカツ 玉子ロール 茄子の揚げ浸し	332 10.3 19.2 3.8	焼肉カルビ風メンチカツ 玉子ロール 茄子の揚げ浸し	288 8.5 17.3 3.0
8日(木)	ハムポテトフライ 粗挽きバジルウインナー ジャンボしゅうまい	512 20.9 25.8 4.0	ハムポテトフライ 粗挽きバジルウインナー ピーマンのソテー	403 14.5 22.5 3.1	ハムポテトフライ 粗挽きバジルウインナー もやしの胡麻和え	337 11.3 18.6 2.3
9日(金)	サーモンフライ かに風味焼売 つくね大葉巻き	363 23.1 13.5 3.8	さごしの塩焼き ごぼう巻半平の煮付け かに風味焼売	228 16.8 7.5 3.6	サーモンフライ かに風味焼売 人参とミンチのカレーソテー	225 14.5 8.6 2.5
10日(土)	目玉焼きフライ 豆腐と野菜のハンバーグ 肉巻	321 15.1 15.8 4.5	目玉焼きフライ 豆腐と野菜のハンバーグ じゃが芋のソテー	266 12.6 13.9 3.7		
12日(月)	春巻き ベーコンポテトバーグ れんこんまんじゅう	381 13.0 19.7 4.6	春巻き ベーコンポテトバーグ 金平ごぼう	316 10.5 17.2 3.9	春巻き ベーコンポテトバーグ 金平ごぼう	274 9.2 14.8 3.0
13日(火)	紀州梅入りささみフライ 豚肉の照り焼き たれ付き肉団子	415 22.9 21.8 4.5	紀州梅入りささみフライ 豚肉の照り焼き たれ付き肉団子	318 16.7 16.8 3.9	紀州梅入りささみフライ 豚肉の照り焼き ビーフソテー	241 13.6 13.1 3.1
14日(水)	特製鶏もも唐揚げ ツナのカレー炒め 菜花のかか和え	483 29.3 31.6 2.6	鶏肉の唐揚げ ポテトチキンロール ツナのカレー炒め	355 17.4 21.7 2.5	鶏肉の唐揚げ ポテトチキンロール 菜花のかか和え	300 14.3 17.8 2.2
15日(木)	ウインナーベッパー醤油カツ 花型和風オムレツ 豆腐ハンバーグ	375 15.9 18.1 3.7	ウインナーベッパー醤油カツ 花型和風オムレツ サバ塩焼き	296 11.7 15.2 3.0	ウインナーベッパー醤油カツ 花型和風オムレツ ほうれん草のお浸し	244 8.7 11.2 2.6
16日(金)	グリルチキンステーキ 蒸し海老ギョーザ イカフライ	369 20.2 16.2 4.2	グリルチキンステーキ 蒸し海老ギョーザ 丸がんもの含め煮	245 15.8 11.2 2.9	グリルチキンステーキ 蒸し海老ギョーザ コーンのソテー	187 11.5 7.9 2.3
17日(土)	焼きそば 揚げシューマイ じゃが芋のカレー煮	344 12.3 11.9 4.1	焼きそば さやいんげんの胡麻煮 竹輪の煮付け	227 8.3 6.3 3.3		
19日(月)	肉詰めれんこんフライ 黒胡椒香るハムステーキ 鶏野菜きのこ玉子焼	295 13.2 14.0 3.6	肉詰めれんこんフライ 黒胡椒香るハムステーキ 大根マーボー	246 10.3 12.5 2.9	肉詰めれんこんフライ 黒胡椒香るハムステーキ 大根マーボー	225 9.5 12.3 2.3
20日(火)	二層のブラックカレーコロッケ たれ付き野菜肉巻き 彩り海鮮ステーキ(紅生姜)	389 14.6 20.1 4.2	二層のブラックカレーコロッケ たれ付き野菜肉巻き もやしの生姜炒め	335 11.4 18.2 3.2	二層のブラックカレーコロッケ たれ付き野菜肉巻き ひじきのサラダ	260 7.6 13.6 2.5
21日(水)	白身フライ パリッとウインナー いかの照り焼き	361 21.4 13.8 4.0	白身フライ パリッとウインナー	317 15.5 13.3 3.2	白身フライ パリッとウインナー じゃが芋のソテー	251 13.5 11.8 2.3
22日(木)	豚肉の生姜炒め コーンと枝豆のサラダ	302 23.0 11.8 2.8	豚肉の生姜炒め いんげんのかか和え たれ付き肉団子	271 20.2 10.5 2.6	豚肉の生姜炒め	180 15.4 6.7 1.9
23日(金)	ジャンボ海老フライ 人参とミンチの煮物 チンジャオロース	410 18.2 18.4 3.1	エビグラタンコロッケ れんこんまんじゅう チンジャオロース	338 11.7 18.8 2.7	エビグラタンコロッケ れんこんまんじゅう チンジャオロース	308 10.0 17.2 1.8
24日(土)	カツオカツ 焼きギョーザ ミニウインナーオムレツ	370 16.8 17.8 3.5	カツオカツ 焼きギョーザ マカロニのカレーソテー	299 12.6 13.9 2.7		
26日(月)	黒毛和牛メンチカツ 鶏肉の一味焼き じゃが芋そぼろ煮	436 15.8 24.0 3.3	一口メンチカツ 鶏肉の一味焼き じゃが芋そぼろ煮	277 13.4 13.5 2.3	一口メンチカツ 鶏肉の一味焼き 若布のおかか炒め	243 12.2 13.1 1.6
27日(火)	コーンたっぷりフライ チーズ入りつくね 焼きギョーザ	377 16.7 18.3 3.1	コーンたっぷりフライ チーズ入りつくね チキンサラダ	305 12.9 15.0 2.5	コーンたっぷりフライ チーズ入りつくね チキンサラダ	269 12.3 13.9 2.2
28日(水)	トンカツ パンブキンキッシュ れんこんのピリ辛煮	407 16.5 25.0 3.7	トンカツ パンブキンキッシュ れんこんのピリ辛煮	299 12.3 17.9 3.0	トンカツ パンブキンキッシュ れんこんのピリ辛煮	276 11.6 17.0 2.2
29日(木)	ささみロールカツ 桜えび入りオムレツ ます塩焼き	376 22.9 15.7 2.7	鶏ささみロールカツ 桜えび入りオムレツ ます塩焼き	289 17.0 13.8 1.8	鶏ささみロールカツ 桜えび入りオムレツ 高野豆腐の煮物	254 12.5 12.6 1.6
30日(金)	アスパラベーコンクリームフライ 焼いて食べる肉詰めいなり ふんわり豆腐ステーキ	462 15.0 31.0 4.0	アスパラベーコンクリームフライ 焼いて食べる肉詰めいなり ツナ炒め	323 10.1 22.2 2.9	アスパラベーコンクリームフライ 焼いて食べる肉詰めいなり ほうれん草のソテー	275 7.2 18.9 2.4
31日(土)	酢鶏 白菜の中華炒め ごぼうのコールスロー	377 17.9 18.0 4.0	酢鶏 白菜の中華炒め ごぼうのコールスロー	317 14.4 15.1 3.5		

- 国内産のお米を使用しております。
- 材料仕入れの都合により、献立を変更させていただきます場合があります。

【参 考】

- 白ご飯 200~220g (一食分)

エネルギー	404 kcal
蛋白質	6.0 g
脂 質	0.7 g

- 五穀ご飯 200g (一食分)

エネルギー	338 kcal
蛋白質	6.0 g
脂 質	0.9 g

- プチ白ご飯 160~180g (一食分)

エネルギー	270 kcal
蛋白質	4.0 g
脂 質	0.5 g

お弁当・仕出し料理

いちい

TEL.058-251-0211
FAX.058-251-3220

岐阜給食センター 献立表

エネルギー (kcal)	
蛋白質 (g)	
脂質 (g)	
炭水化物 (g)	
カルシウム (mg)	
ナトリウム (mg)	

2025年05月

日付	夕食 スタミナ弁当	栄養価	栄養価	栄養価
1日(木)	豚キムチいため ハムカツ ひじきのサラダ	378 14.9 19.7 3.3		
2日(金)	ごっついメンチカツ ごまじゃがお焼き 玉葱のケチャップ炒め	455 17.4 22.7 3.4		
7日(水)	チーズはんぺんフライ 鶏肉の黒胡椒焼き チンゲンサイときくらげ塩炒め	397 18.4 25.0 2.8		
8日(木)	ポークチャップ 浅蜆の佃煮 焼き豆腐の含め煮	472 22.3 26.3 4.6		
9日(金)	北海道産コーンロールフライ 京都九条ねぎオムレツ 竹輪の磯辺揚げ	440 14.5 25.1 2.9		
10日(土)	五目焼きそば 菜花の白味噌和え 揚げ餃子	419 18.3 19.1 3.2		
12日(月)	ささみ天の甘酢ダレ 大焼売 大根と豚小間の煮物	338 25.2 13.1 3.1		
13日(火)	カレイの唐揚げ 和風あんかけ こんにゃくのかか煮 さやいんげんのピーナツ和え	355 23.8 14.2 6.4		
14日(水)	キャベツメンチカツ じゃがマゴオムレツ マーボー豆腐	374 12.3 19.7 3.0		
15日(木)	鶏肉のバターボン酢炒め チンゲン菜のソテー まめサラダ	459 19.6 30.3 2.9		
16日(金)	B!Gカニクリームコロッケ 野菜肉巻き 肉団子の照り焼き風	438 14.5 22.2 2.5		
17日(土)	絶品照り焼きハンバーグ 春雨サラダ ピーマンのソテー	453 19.3 24.6 3.8		
19日(月)	クリームチーズ入ハムカツ お好み焼き 小松菜となめたけの和え物	385 19.5 20.0 3.4		
20日(火)	豚バラともやしの塩チャンプルー かに風味焼売 アスパラのニンニク醤油炒め	430 18.7 28.2 5.0		
21日(水)	ホキのチリソースあん 人参とさつま揚げの煮物 たまねぎソテー	284 16.2 7.1 3.1		
22日(木)	ハンバーグのデミソース煮 フライポテト ブロッコリーとウィンナーのソテー	436 20.8 23.0 3.2		
23日(金)	国産キャベツのロールフライ 大焼売 春雨の辛みいため	382 13.0 16.0 3.8		
24日(土)	アジの竜田揚げ ふんわり豆腐ステーキ もやしのソテー	261 17.3 15.4 3.3		
26日(月)	大きなチキンカツ 大根のコールスロー ほうれん草と錦糸卵の和え物	478 20.2 23.4 4.1		
27日(火)	肉団子の野菜あんかけ ツナのカレー炒め 里芋の味噌煮	460 24.2 18.6 2.8		
28日(水)	春野菜のジャーマンポテト もやしの塩昆布和え 豆乳まる揚げ	432 16.5 23.9 3.4		
29日(木)	さごしの照り焼き かき揚げ チンゲンサイの生姜和え	368 18.2 22.0 3.9		
30日(金)	特製鶏もも唐揚げ こんにゃくのかか煮 カリフラワーとブロッコリーのサラ	533 25.1 28.9 2.7		
31日(土)	あさりと菜の花の和風パスタ ウィンナーフライ 若布の中華和え	517 18.5 22.5 5.1		

- 国内産のお米を使用しております。
- 材料仕入れの都合により、献立を変更させていただきます場合があります。

【参 考】

●白ご飯 200~220g (一食分)

エネルギー	404 kcal
蛋白質	6.0 g
脂 質	0.7 g

●五穀ご飯 200g (一食分)

エネルギー	338 kcal
蛋白質	6.0 g
脂 質	0.9 g

●プチ白ご飯 160~180g (一食分)

エネルギー	270 kcal
蛋白質	4.0 g
脂 質	0.5 g

岐阜給食センター 献立表

エネルギー (kcal)	
蛋白質 (g)	
脂質 (g)	
Ca (mg)	
炭水化物 (g)	
塩分 (g)	

2025年05月

日付	昼食 園児食	栄養価	栄養価	栄養価
1日(木)	ハムカツ 豆腐と野菜のハンバーグ 大根とミンチの煮物	278 9.1 11.1 2.4		
2日(金)	星型コロッケ 春の筍シューマイ 玉葱とあげの煮物	156 4.1 8.8 1.4		
7日(水)	はまちのてりやき(幼) だし巻きたまご ごま団子	227 13.3 11.9 1.2		
8日(木)	ローストンカツ ミニオムレツ もやしの胡麻和え	238 10.1 11.7 2.0		
9日(金)	ミニサーモンフライ たれ付き肉団子 人参とミンチのカレーソテー	184 11.4 9.3 1.1		
12日(月)	バターコーンコロッケ 鶏肉の照り焼き 金平ごぼう	232 9.5 12.2 1.2		
13日(火)	ジャージャー麺風 ささみ磯辺フライ ブロッコリーのおかか和え	248 12.4 5.4 2.7		
14日(水)	肉詰めれんこんフライ もろこし焼 ツナのカレー炒め	183 6.3 9.7 1.1		
15日(木)	鶏肉の唐揚げ 千草焼き ほうれん草のお浸し	184 10.5 9.5 1.5		
16日(金)	ハンバーグのケチャップ煮 スマイルポテト コーンのソテー	156 7.6 7.7 1.7		
19日(月)	ミニ春巻 豚肉の照り焼き ビーフソテー	209 9.1 9.7 1.1		
20日(火)	焼きそば 揚げたこ焼き 黄桃寒天	184 5.3 6.9 1.1		
21日(水)	さばのしおやき しまじろう高野豆腐 ミニミニたい焼き	182 11.6 6.8 2.2		
22日(木)	ーロメンチカツ ハムステーキ キャンディーチーズ	187 9.7 10.4 0.7		
23日(金)	ミニカレーコロッケ 茹ウインナー キャベツのスープ煮	175 5.5 10.1 1.2		
26日(月)	白身フライ 焼きギョーザ じゃが芋そぼろ煮	152 8.1 6.3 1.3		
27日(火)	ミートスパゲティ チキンナゲット ブロッコリーのソテー	252 9.4 9.4 1.7		
28日(水)	ハンバーグの和風煮 たこさんウインナー フライポテト	211 8.2 12.7 2.1		
29日(木)	チキンカツ コーンピースオムレツ 華風炒め	180 9.2 7.2 1.7		
30日(金)	マスしおやき ほうれん草のソテー ミニピンク餅	150 11.1 4.0 2.0		

- 国内産のお米を使用しております。
- 材料仕入れの都合により、献立を変更させていただく場合があります。

【参 考】

●白ご飯 200~220g (一食分)

エネルギー	404 kcal
蛋白質	6.0 g
脂 質	0.7 g

●五穀ご飯 200g (一食分)

エネルギー	338 kcal
蛋白質	6.0 g
脂 質	0.9 g

●プチ白ご飯 160~180g (一食分)

エネルギー	270 kcal
蛋白質	4.0 g
脂 質	0.5 g