

こんがつ 今月の給食目標 かんしゃ 感謝して食べよう 1月24日～30日は学校給食週間です。 戦争などで中断された給食を、子どもたちの健康のために再開したことを記念して定められました。 この機会に、給食について考え、いろいろなことに感謝していただきます。 せいさんしや 生産者の方々 さいりやう 材料を運んでくれる人 おしらせ みんなに給食を配膳してくれる給食当番さん 食事を作ってくれる人 ◎ 食物アレルギーのある方に対応するため、詳細な献立表や原材料配合表を提供しています。ご希望の方は学校にお申し出ください。 ◎ 魚の骨には気をつけて食べてください。			くまげちく 熊毛地区 5小学校のおすすめメニュー 各校でアンケートをとった結果です。 1月の献立に登場するよ。お楽しみに♪ 三丘小 ★ チキンチキンれんこん ★ チキンカレー ★ クリームシチュー 高水小 ★ チキンチキンれんこん ★ フルーツポンチ ★ カラフル海藻サラダ 勝間小 ★ 揚げパン ★ チキンチキンれんこん ★ はちみつレモンゼリー 大河内小 ★ チキンチキンれんこん ★ チキンカレー ★ はちみつレモンゼリー 八代小 ★ チキンチキンれんこん ★ カラフル海藻サラダ ★ チキンカレー		
13(月) 成人の日 こんだて ☆ 牛乳は毎日つきます (☆ 毎月19日は「食育の日」です) おもなざいりよう (たべもののはたらき) あか 赤 みどり 緑 き 黄 おもに体をつくるものになる食品 おもに体の調子を整えるものになる食品 おもにエネルギーのもとになる食品 エネルギーkcal/たんぱく質g 小学校 中学校			8(水) お正月の料理 こうはく なます たづくり むぎ ごはん しらたま そうに ぎゅうにゅう とりにく かまぼこ かえり ほうれんそう にんじん ほししいたけ だいこん こめ むぎ しらたまもち さといも さとう あぶら ごま 603 22.1 718 25.4		
20(月) 地場産給食 チキンチキンれんこん すべての小学校の おすすめ! むぎ ごはん しゅうなん スープ ぎゅうにゅう はくさい だいこん こめ むぎ さつまいも でんぶん れんこん ねぎ 624 22.9 741 26.3			9(木) ゼリーいし フルーツミックス むぎ ごはん チキンカレー ぎゅうにゅう とりにく たまねぎ にんにく しょうが りんご みかん にんじん たまねぎ にんにく しょうが りんご みかん こめ むぎ じゃがいも あぶら ゼリー 三丘小 大河内小 八代小 おすすめ 646 16.9 769 19.2		
27(月) 山梨県の料理 ごます いわしの てんぷら 小 ごはん ほうとうふう うどん ぎゅうにゅう かぼちゃ だいこん にんじん ごぼう ねぎ ほししいたけ ほうれんそう こめ うどん さといも ごま さとう あぶら 582 21.2 687 24.3			10(金) はちみつレモンゼリー ししゃも フライ ブロッコリーの しおゆで コンソメ スープ ぎゅうにゅう たまねぎ はくさい にんじん パセリ ブロッコリー パン (こむぎこ・こめこ) マカロニ あぶら はちみつ レモンゼリー 585 21.5 786 29.4		
28(火) 昔の給食 くじらの たつた あげ ゆで やさい カレー シチュー ぎゅうにゅう とりにく ちゅうりよう きゅうにゅう くじらの たつた あげ にんじん たまねぎ キャベツ パン (こむぎこ・こめこ) じゃがいも あぶら 632 27.9 798 34.4			14(火) カラフルかいそう サラダ 高水小・勝間小 八代小 おすすめ 小あげパン ミートボールの スープに ぎゅうにゅう たまねぎ にんじん ブロッコリー ぶなしめじ キャベツ きゅうり とうもろこし パン (こむぎこ・こめこ) あぶら さとう じゃがいも アーモンド ドレッシング 604 23.0 757 27.9		
29(水) 昔の給食 たくあん さけの しおやき むぎ ごはん みそしる ぎゅうにゅう だいこん にんじん ねぎ キャベツ たくあん こめ むぎ じゃがいも ごま 552 24.9 645 27.0			15(水) しおこんぶ あえ むぎ ごはん ぶたにくの やながわ ふうに ぎゅうにゅう ぶたにく たまご しおこんぶ たまねぎ ごぼう にんじん ねぎ キャベツ きゅうり こめ むぎ こんにゃく あぶら さとう でんぶん 591 22.9 703 26.3		
30(木) 山口県の郷土料理 ごもく たまごやき (中学校のみ) わかめ むぎごはん けんちょう ぎゅうにゅう わかめ とうふ あぶらあげ とりにく かつおぶし にんじん だいこん キャベツ こめ むぎ さといも こんにゃく あぶら さとう 555 21.7 724 28.5			16(木) チャプチェ チヂミ (中学校のみ) むぎ ごはん わかめ スープ ぎゅうにゅう とりにく たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ ちチーズ ほうれんそう にんにく ほししいたけ たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ ちチーズ ほうれんそう にんにく ほししいたけ こめ むぎ じゃがいも はるさめ ごま ごまあぶら さとう チヂミ (中学校のみ) 608 23.2 809 27.4		
31(金) とうふ ハンバーグ こふき いも ふゆやさいの スープ ぎゅうにゅう とりにく とうふ ハンバーグ たまねぎ かぶ はくさい にんじん パン (こむぎこ・こめこ) さとう でんぶん じゃがいも 570 21.1 725 26.3			17(金) イタリアの料理 イタリアン ドレッシング サラダ スパゲッティ ミートソース ぎゅうにゅう ぶたにく にんにく にんじん たまねぎ トマト キャベツ ブロッコリー とうもろこし パン (こむぎこ・こめこ) スパゲッティ あぶら さとう ドレッシング 620 23.4 766 28.3		