

令和8年1月学校給食献立表

*都合による献立が変更になることがあります。
周南市立栗屋学校給食センター

日 (曜)	こんだけ	赤	緑	黄	かいてい家庭で とりたい食品	えいようか	
						小(3・4年生)	中
8 (木)	むぎ 麦ごはん 	ハヤシライス 	きゅうにく からだをつくる	たまねぎ・にんじん・にんにく・しめじ マッシュルーム・グリンピース・トマト	ごめ・むぎ じゃがいも・あぶら・さとう	まめせい ひん	669 21.9
		フルーツミックス・小魚 	かたくちいわし からだの調子をととのえる	みかん・パインアップル・もも	マスカットゼリー		795 24.6
9 (金)	むぎ 麦ごはん 	さばの塩焼き・塩昆布あえ 	さば・しおこんぶ ぶたにく・とうふ あぶらあげ・みそ	キャベツ・きゅうり・にんじん にんじん・だいこん・はくさい・ごぼう しょうが・ねぎ	ごめ・むぎ ごまあぶら さつまいも・こんにゃく	きのこるい	642 26.1
13 (火)	むぎ 麦ごはん 	照り焼きハンバーグ・ごまあえ 	ハンバーグ とりにく・あぶらあげ	しょうが・にんにく・ほうれんそう キャベツ・にんじん	ごめ・むぎ でんぶん・さとう ごまあぶら・ごま	さかな	653 24.6
14 (水)	きなこ揚げパン 	ポトフー 	きなこ ベーコン・ぶたにく まぐろあぶらづけ (中)チーズ	にんじん・たまねぎ・かぶ・はくさい ブロッコリー さゆうり・キャベツ・とうもろこし にんじん	パン(ごめご・ごめご) さとう・あぶら・じゃがいも	かいそう	592 24.1
15 (木)	むぎ 麦ごはん 	<正月献立> 鰯の照り焼き・紅白なます 	さわら とりにく	だいこん・にんじん・ゆずきゅう かぶ・にんじん・はくさい・ほうれんそう	ごめ・むぎ ごま・さとう	くだもの	604 23.5
16 (金)	むぎ 麦ごはん 	おやこ親子どんぶり 	とりにく・たまご・ちくわ かつおぶし・しらすぼし (中)だいす	にんじん・たまねぎ・ねぎ キャベツ・にんじん・ほうれんそう	ごめ・むぎ さとう	しゃじつ種実(ごま・アーモンドなど)	600 25.2
		おかかあえ・(中)黒糖ビーンズ 					745 31.4

しばさんきゅうしょくしゅうかん にち にち
<地場産給食週間・19日～23日>

19 (月)	パン 	ミートボールと野菜のクリーム煮 ゆず吉サラダ・ぽんかんジャム 	チキンポー ルきゅうにく しらすぼし	たまねぎ・はくさい・にんじん キャベツ・ほうれんそう・にんじん もやし・ゆずきゅう	パン(ごめご・ごめご) じゃがいも さとう・オリーブ・あぶら ぽんかんジャム	まめせい ひん	714 28.1	850 33.4
20 (火)	むぎ 麦ごはん 	けんさん県産チキンカツ・ひじきの煮物 	チキンカツ ぶたにく・ひじき・だいす ちまあげ・みそ	にんじん にんじん・はくさい・だいこん・ねぎ	ごめ・むぎ ごま・さとう さといも	やさい	658 21.7	788 25.1
21 (水)	パン 	ポークチャップ 	ぶたにく とりにく	たまねぎ・しめじ はくさい・にんじん・ごまつな だいこん	パン(ごめご・ごめご) さとう・あぶら じゃがいも おのちゃんムース	さかな	665 28.0	801 33.1
22 (木)	むぎ 麦ごはん 	ポークカレー れんこんのごまサラダ 	ぶたにく チキンハム	にんじん・たまねぎ・さやいんげん れんこん・ほうれんそう・もやし にんじん	ごめ・むぎ じゃがいも ごま・さとう・あぶら	くだもの	647 20.5	771 23.5
23 (金)	むぎ 麦ごはん 	<山口県の料理> けんちよう ゆずチキンれんこん・ぽんかん 	とうふ・あぶらあげ とりにく	だいこん・にんじん・ほししいたけ れんこん・ゆずきゅう ぽんかん	ごめ・むぎ さといも ごま・さとう・あぶら モンドなど	しゃじつ種実(ごま・アーモンドなど)	727 27.4	859 31.7

ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん
<全国学校給食週間・24日～30日>

26 (月)	パン 	<オランダの料理> 白身魚のオーロラソースがらめ エルテンスープ・りんごジャム 	たら ぶたにく	たまねぎ・にんじん・トマト・にんにく えだまめ・たまねぎ・にんじん セロリ	パン(ごめご・ごめご)・でんぶん さとう・あぶら・ノンエッグマヨネーズ じゃがいも りんごジャム	かいそう	726 33.2	866 39.4
27 (火)	わかめごはん 	やまぐちけんりょうり <山口県の料理> 鯨の竜田揚げ おおひら大平・みかん 	わかめ・くじら とりにく・なまあげ こおりどうふ	にんじん・ごぼう・れんこん さやいんげん・ほししいたけ・みかん	ごめ・むぎ でんぶん・あぶら さといも・こんにゃく・さとう あぶら	にゅうせい ひん	717 31.1	847 36.2
28 (水)	しょパン 	スパゲッティナポリタン かいそう 海藻サラダ・パテチョコ 	ベーコン まぐろあぶらづけ かいそう	たまねぎ・にんじん・ピーマン・トマト マッシュルーム・パセリ	パン(ごめご・ごめご) スパゲッティ・オリーブ・あぶら ごまあぶら・さとう チョコクリーム	くだもの	638 22.4	781 26.7
29 (木)	むぎ 麦ごはん 	<昔の給食> 鮭の塩焼き キャベツとたくあんのごま炒め・大根のみそ汁 	さけ とうふ・あぶらあげ わかめ・みそ	キャベツ・こまつな・だいこんづけ だいこん・にんじん・たまねぎ・ねぎ	ごめ・むぎ ごま・さとう ごまあぶら	いも	568 25.2	713 28.2
30 (金)	むぎ 麦ごはん 	ぶたキムチ・ひじきふりかけ 春雨スープ・(中)オレンジ 	ぶたにく チキンハム	はくさいキムチ・キャベツ・にんじん たまねぎ・にんじん・たまねぎ・ねぎ にんじん・たまねぎ・もやし・たけのこ ほししいたけ・ねぎ・(中)オレンジ	ごめ・むぎ ごまあぶら さかな	589 22.7	713 25.9	

* リクエスト献立は太字になっています。



がっこうきゅうしょくしゅうかん
学校給食は子どもたちが食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけるために重要な役割を果たしています。
全国学校給食週間は、このような学校給食の意義や役割についての理解を深めて、関心を高めるための1週間です。



明治22年 戦後(昭和20~30年代) 現在

私立忠愛小学校で提供されたとされる給食

支援物資の脱脂粉乳や缶詰、小麦粉などを使った給食

地域でとれる旬の食材を取り入れ、郷土料理や行事食、世界の料理など、食育の教材となる給食

* 太字で書いてある食材は県産と市内産です。
* 「パン」は「県産米粉」と「県産小麦粉」を使用しています。
* 学校給食費(1月)の納付期限は、2月2日(月)です。
* 口座振替の方は、前日までに残高の確認をお願いいたします。
* 国の「物価高騰対応地方創生臨時交付金」を活用し、保護者負担は据え置いたままで、1食あたり小学校300円、中学校350円で学校給食を提供しています。