

全国学校給食週間が始まります!

1月24日～30日は、全国学校給食週間です。日本は、戦争が終わると栄養不足の子どもたちばかりでした。栄養不足の子どもたちを救うため、各国の人が食べ物の援助してくれ給食を始めることとなりました。その記念日が1月24日です。


長崎風ちゃんぽん<長崎県>
たくさんの野菜・海鮮・豚肉が入った長崎ちゃんぽんを給食風にアレンジしました。


おくずかけ<宮城県>
野菜がたくさん入った汁に片栗粉でとろみをつけた宮城県の郷土料理の1つです。

いもたき<愛媛県>
秋に月見をするために里芋を使って煮物を作るという昔からの風習が残る郷土料理の1つです。

チキン南蛮バーガー<宮崎県>
宮崎県のソウルフードの1つ。タルタルソースをかけて、パンにはさんで食べましょう。





豚丼・ラーメンサラダ<北海道>
帯広で有名な豚丼と札幌発祥のラーメンサラダ。どちらも北海道のソウルフードです。



	<p>15</p> <p>ソツフランス・牛乳</p> <p>トマトと卵のスープ</p> <p>鶏肉・卵・トマト缶・白菜 長葱・オリーブ油・でん粉</p> <p>チリコンカーン</p> <p>大豆・豚挽肉・マカロニ・玉葱・人参 パセリ・バター・小麦粉・にんにく</p> <p>ほうれん草ともやしのサラダ</p> <p>ほうれん草・もやし・人参・和風ドレッシング</p> <p style="text-align: right;">626/34.4</p>	<p>16</p> <p>ご飯・牛乳</p> <p>ごまキムチ汁</p> <p>白菜キムチ(白菜・玉葱・ごま・大根・人参 昆布・にら・りんご)・豆腐・白菜・大根・長葱 人参・油揚げ・ごぼう・すりごま・練りごま</p> <p>鮭と野菜のメンチカツ</p> <p>鮭・卵・玉葱・きゃべつ・胡瓜・パセリ・コン・ゼラチン 大豆油・パン粉(卵なし)・小麦粉・でん粉・菜種油</p> <p>野菜の麻婆炒め</p> <p>豚挽肉・きゃべつ・人参 さやいんげん・でん粉・米油</p> <p style="text-align: right;">840/31.3</p>	<p>17</p> <p>野菜ラーメン(味噌)</p> <p>ラーメン・豚肉・長ネギ・つと・わかめ・ もやし・人参・キャベツ・きくらげ</p> <p>牛乳</p> <p>コーンシューマイ</p> <p>コーン・魚肉すり身・玉葱・豚脂 パン粉(卵なし)・小麦粉・大豆粉</p> <p>ごまマヨネーズサラダ</p> <p>ハム・大根・人参・すりごま・マヨネーズ</p> <p style="text-align: right;">692/30.5</p>	<p>18</p> <p>ご飯・牛乳</p> <p>味噌汁</p> <p>じゃが芋・大根・玉葱 長葱・油揚げ・わかめ</p> <p>ザンザレ</p> <p>鶏肉・生姜・ごま ごま油・でん粉・菜種油</p> <p>ひじきのぴりっとサラダ</p> <p>ひじき・きゃべつ・人参 胡瓜・ツナ・米油・ラー油</p> <p style="text-align: right;">862/35.4</p>
---	--	--	---	--

※ 1月24日～30日は、『全国学校給食週間』で日本のご当地料理を出します! ★印が日本ご当地料理です。

<p>21</p> <p>ご飯・牛乳</p> <p>水ギョーザスープ</p> <p>水餃子(きゃべつ・豚肉・鶏肉・長葱・生姜 小麦粉・大豆粉)・長葱・干椎茸・もやし・人参</p> <p>ほきのハーブ焼き</p> <p>ほき・ジェハバースト(パン・チーズ) オリーブ油・菜種油・レモン汁</p> <p>野菜炒め</p> <p>きゃべつ・豚肉・青ピーマン・しめじ・米油</p> <p style="text-align: right;">725/33.7</p>	<p>22</p> <p>ごまパン・牛乳</p> <p>オニオンスープ</p> <p>豚肉・玉葱・きゃべつ・ソテーオニオン 人参・粉チーズ・小麦粉・バター</p> <p>鶏肉のマヨネーズパン粉焼き</p> <p>鶏肉・パプリカ・パン粉(卵なし)・マヨネーズ</p> <p>ジャーマンポテ</p> <p>じゃが芋・玉葱・ベーコン パセリ・バター・米油</p> <p style="text-align: right;">941/41.4</p>	<p>23</p> <p>ご飯・牛乳</p> <p>かき玉汁</p> <p>卵・長葱・人参・干椎茸</p> <p>ハンバーグきのこソースかけ</p> <p>鶏肉・豚肉・玉葱 パン粉(卵なし)・しめじ</p> <p>焼き竹輪の味噌サラダ</p> <p>竹輪・きゃべつ・もやし・胡瓜・玉葱・人参</p> <p style="text-align: right;">776/32.5</p>	<p>24</p> <p style="text-align: center;">長崎県</p> <p>★長崎風ちゃんぽん・牛乳</p> <p>ラーメン・豚肉・いか・あさり・えび つと・メンマ・長葱・もやし 玉葱・きゃべつ・人参・牛乳</p> <p>ししやもフリッター</p> <p>ししやも・小麦粉・オキアミ・米粉・でん粉 ベーキングパウダー・アオサ・大豆油・菜種油</p> <p>おほかサダ</p> <p>小松菜・大根・人参・かつお節 ごま油・辛子・ごま</p> <p style="text-align: right;">703/34.2</p>	<p>25</p> <p style="text-align: center;">宮城県</p> <p>ご飯・牛乳</p> <p>★おくずかけ</p> <p>じゃが芋・人参・豆腐・長葱・ごぼう しらたき・生椎茸・でん粉</p> <p>枝豆コロッケ</p> <p>じゃが芋・枝豆・玉葱・パン粉(卵なし) マッシュポテト・米粉・小麦粉・でん粉・菜種油</p> <p>ほうれん草とツナのサラダ</p> <p>ほうれん草・人参・玉ねぎ・ツナ・マヨネーズ</p> <p style="text-align: right;">821/25.2</p>
---	---	--	---	---

<p>28</p> <p style="text-align: center;">愛媛県</p> <p>ご飯・牛乳</p> <p>★いもたき</p> <p>里芋・人参・ごぼう・こんにやく 長葱・干椎茸・米油</p> <p>鶏肉のゆず味噌焼き</p> <p>鶏肉・生姜・ゆず</p> <p>りんご(代替～セリー)</p> <p style="text-align: right;">762/29.1</p>	<p>29</p> <p style="text-align: center;">宮崎県</p> <p>★チキン南蛮バーガー</p> <p>コッパパン チキン南蛮(鶏肉・でん粉・菜種油) きゃべつサラダ(きゃべつ・人参)</p> <p>タルタルソース</p> <p>牛乳</p> <p>しいたけチャウダー</p> <p>豚肉・生椎茸・じゃが芋・玉葱 人参・コン・牛乳・バター</p> <p style="text-align: right;">972/40.2</p>	<p>30</p> <p style="text-align: center;">北海道</p> <p>★豚丼(ご飯)・牛乳</p> <p>豚肉・玉葱・干椎茸・しらたき</p> <p>ゆとりっち芋団子汁</p> <p>芋団子(じゃが芋・でん粉) 白菜・人参・大根</p> <p>★ラーメンサラダ</p> <p>ラーメン・もやし・海藻サラダ・人参 きゃべつ・コン・練りごま・ごま油・米油</p> <p>チーズフィッシュ(中のみ)</p> <p>アーモンド・かたくちいわし・チーズ・ごま</p> <p style="text-align: right;">898/30.7</p>	<p>31</p> <p>きのこスパゲティ・牛乳</p> <p>スパゲティ・豚肉・しめじ・たもぎ茸 舞茸・ひらたけ・干椎茸・人参・玉葱 青ピーマン・でん粉・米油</p> <p>ひとくちアメリカドック</p> <p>小麦粉・パン粉(卵なし)・でん粉 魚肉すり身・菜種油</p> <p>和風サラダ</p> <p>レタス・小松菜・胡瓜・人参 竹輪・かつお節・ごま油</p> <p style="text-align: right;">653/29.0</p>	   
--	--	--	---	---

☆献立のしたの数字は中学生のエネルギー/たんぱく質の量です
☆都合により献立の一部が変更する場合があります
☆お子さんが楽しく食べた給食です 給食費は忘れず必ず納めましょう

◆お知らせ◆
卵・ナッツ類が含まれているものに関しては、
材料の欄に記載しています。