

1月分予定献立表

月	火	水	木	金
8	9	10	11	12
<p>1使用予定の しなないさん けんないさんやさい くだもの 市内産・県内産野菜と果物 だいこん ほうきい たくわん 大根、白菜、なはな、 クレソン、キャベツ、きゅうり、 ねぎ、みかん</p> <p>いわてしん しょうかい つか 岩出市産の食材が使われている白は そうへいちゃんイラストをのせ、 しょうかいめい ふじ 食材名を太字にしています。</p>	<p>○牛乳</p> <p>カレーライス □ごはん □じゃがいも □おにぎり カレールウ ★たまねぎ ウスターソース ★にんじん コンソメ</p> <p>ツナサラダ ○ツナ さとう ★とうもろこし しょうゆ ★だいこん す ★きゅうり しお □ごまあぶら</p>	<p>さかなのほねに ちゅういしましよ</p> <p>○※ジョア</p> <p>□ごはん ○※のりのつくだに そうじ ○あぶらあげ さとういも ★きんときにんじん ○てづくし ★だいこん ○しろみそ ★みすな だしパック □もち</p> <p>さばのごまみそだれかけ ○さば さとう ○みそ かたくりこ □ごま さけ みりん</p>	<p>○牛乳</p> <p>□パン チキンピーズ ○とりにく トマトピューレ □だいず ケチャップ ★たまねぎ コンソメ ★しめじ さとう ★にんじん こしょう ★さやいんげん カレーこ □じゃがいも</p> <p>○※えびフリッター(2こ)</p>	<p>○牛乳</p> <p>□げんりょうごはん □※さけふりかけ 「ながさきけん」 のきょうどりようり</p> <p>ながさきちゃんぼん □ちゃんぼんめん ★コーン □ふだにく ★しょうが ○いか さけ □かまぼこ ちゃんぼんスープのもと ○とうにゅう ちゅうかだし ★キャベツ しお ★いんげん しょうゆ ★にんじん しょうゆ</p> <p>○※カリカリさきみあげ</p>
15	16	17	18	19
<p>○牛乳</p> <p>□パン □※チルドチョコ</p> <p>ポトフ ○ワインナー ★クレソン ★キャベツ □じゃがいも ★たまねぎ コンソメ ★かぶ こしょう ★にんじん</p> <p>※ハンバーグ(きのごソース) ○※ハンバーグ トマトピューレ ★たまねぎ マスタード ★えのきたけ さとう デミグラスソース ケチャップ</p>	<p>○牛乳</p> <p>□ごはん わかめとかぶのみそしる ○わかめ ★にんじん ○あぶらあげ ★たまねぎ ★かぶ ○みそ ★ごまつな だしパック</p> <p>○※すきやきコロッケ</p>	<p>さかなのほねに ちゅういしましよ</p> <p>○牛乳</p> <p>□ごはん ぶたじる ○ぶたにく ★ごぼう □さつまいも ★クレソン ★たまねぎ はくさい ★にんじん ○みそ ★だいこん だしパック</p> <p>たらものガーリックたつたあげ ○たら しょうゆ ★しょうが さけ こしょう みりん ガーリック かたくりこ</p>	<p>○牛乳</p> <p>□※チョコチップパン</p> <p>やさいスープ ○とりにく ★ごまつな ★キャベツ □じゃがいも ★たまねぎ コンソメ ★にんじん こしょう</p> <p>○※オムレツ(デミグラスソース) ★オムレツ デミグラスソース ★たまねぎ ウスターソース ★トマト さとう ケチャップ</p>	<p>○※ジョア(ストロベリー)</p> <p>□ごはん □※きんざんじみそ</p> <p>にくだんごとくさいのちゅうかスープ ○にくだんご ★しょうが ★はくさい □はるさめ ★人参 □ごま ★えのきたけ ちゅうかだし</p> <p>とりにくのみそマヨやき ○とりにく しょうゆ ○みそ こしょう □マヨネーズ(あうドレッシング) さとう</p>
22	23	24	25	26
<p>○牛乳</p> <p>□こくとうパン カレースープ ○ベーコン ★しょうが ★たまねぎ ★パセリ ★にんじん コンソメ ★しめじ カレールウ ★にんにく カレーこ ★トマト</p> <p>わかやまけんから、いただきます！</p> <p>※しろみざかなフライ(ソースかけ) ○※しろみざかなフライ さとう ウスターソース かたくりこ ちゅうのうソース さけ</p>	<p>○牛乳</p> <p>□ごはん にくすい ○ぶたにく しょうゆ ★なかねぎ さけ ○あぶらあげ みりん ★にんじん しお □ふ かたくりこ だしパック こんぶだし</p> <p>しらすとうめのおろしあえ ○しらす うめ ★きりぼしだいこん □ごま ★ごまつな しょうゆ ★だいこん みりん ★えのきたけ す</p> <p>★みかん</p>	<p>さかなのほねに ちゅういしましよ</p> <p>○牛乳</p> <p>□ごはん 「ひょうごけん」 のきょうどりようり</p> <p>かすじ ○ぶたにく ★えのきたけ ○あぶらあげ ★なかねぎ ★だいこん □さとういも ★にんじん ○みそ ★こんにやく さけかす だしパック</p> <p>○※とりつくね</p>	<p>○牛乳</p> <p>□パン かいせんクリームシュー ○いか ★はくさい ○えび □じゃがいも ○ほたて ○ぎゅうにゅう ★しめじ さけ ★にんじん シチュールウ ★たまねぎ コンソメ</p> <p>イタリアンサラダ ○ハム ★たまねぎ ★キャベツ □オリーブゆ ★きゅうり す ★にんじん さとう ★パジル しお</p>	<p>○牛乳</p> <p>□ごはん すいどん ○ぶたにく □さとういも ○あぶらあげ □すいどん ★にんじん ○みそ ★だいこん だしパック ★こんにやく しょうゆ ★しいたけ しお ★ゆず みりん</p> <p>なはなのうめおかかあえ ○いか ★うめ ○かつおぶし ★えのきたけ ★なはな しょうゆ ★もやし さとう ★にんじん</p>
29	30	31	<p>1/24~1/30は全国学校給食週間です。給食は時代とともに変化してきました。今の給食は栄養やおいしさだけではなく地元の食材を使う「地産地消」や食育などにも重点を置いています。1月は日本全国の料理を出します。各地の味巡りをしてみましょう。</p>	
<p>○牛乳</p> <p>きなこあげパン □パン グラニューとう ○きなこ しお</p> <p>はるさめスープ ○ベーコン ○はるさめ ○わかめ □ごま ★たまねぎ □ごまあぶら ★にんじん ちゅうかだし ★はくさい かたくりこ ★とうもろこし</p> <p>○※にくだんご(2こ)</p>	<p>○※ジョア</p> <p>□※わかめごはん 「しずおかけん」 のきょうどりようり</p> <p>しずおかおでん ○ぎゅうにく □きゅうり ○ひらたん さとう ○うすだまご みりん ★にんじん さけ ★こんにやく しょうゆ ★だいこん だしパック □じゃがいも</p> <p>ごまつなのごまおかかあえ ○かつおぶし □ごま ★ごまつな しょうゆ ★にんじん さとう ★キャベツ</p>	<p>○牛乳</p> <p>□ごはん 「わかやまけん」 のきょうどりようり</p> <p>のっぺ ○とりにく ★こんにやく ○こうやどうふ □さとういも ○ちくわ さとう ★だいこん しょうゆ ★にんじん みりん さけ</p> <p>わかやまけんから、いただきます！</p> <p>くじらのたつたあげ(4こ) ○くじらにく しょうゆ ○にんにく さけ ★しょうが かたくりこ こしょう みりん さとう</p>		
723kcal	589kcal	672kcal		
<p>1/24~1/30 全国学校給食週間 給食の歴史&献立の変遷</p>				
<p>昭和25年ごろの給食</p> <p>アメリカから寄贈された小麦粉を使って、パン・ミルク・おかずの完全給食が始まりました。</p> <p>コッペパン・ミルク・カレーシチュー</p>	<p>昭和40年代ごろの給食</p> <p>パンの種類が増え、めん類も提供されるようになりました。脱脂粉乳のミルクは牛乳へと切り替わりました。</p> <p>ミートスパゲッティ・牛乳・フレンチサラダ・プリン</p>	<p>昭和50年代ごろの給食</p> <p>給食の主食はパンが中心でしたが、昭和51年に米飯が正式に導入され、献立の内容も豊かになっていきました。</p> <p>カレーライス・牛乳・塩もみ・バナナ</p>		

□・・・き (ねつやちからのもとになる) ○・・・あか (ち、にく、ほねをつくる) ☆・・・みどり (からだのちようしをととのえる)

* 材料の都合により、献立を変更する場合があります。
* 1月分の給食費引き落としは、2月13日(火)になりますので、よろしくお願ひします。
* 未納の方については、和歌山簡易裁判所に支払督促申立を行いますので、ご注意ください。