

1月分予定献立表

あけましておめでとぅございませう

新しい1年が始まりました。今年も、力を合わせて安心・安全でおいしい給食作りに取り組んでいきますので、どうぞよろしくお願ひいたします。

1月24日～30日は、「全国学校給食週間」です。この期間中の給食には、

和歌山県を始め他府県の郷土料理も登場します。

楽しみにしててくださいね。



木		金	
7		8	
○牛乳		○牛乳	
おやこどん □ごはん ☆ねぎ ○とりにく しょうゆ ○たまご さとう ○かまぼこ さけ ★たまねぎ みりん	こはくなます ★だいこん す ★にんじん さとう □ごま しお	ロパン	ふゆやさいのポトフ ○とりにく ☆はくさい ○ウインナー ☆ブロックリー ★たまねぎ ☆しめじ ★にんじん コンソメ ★だいこん しょうゆ ★かぶ
こはくなます 681kcal		○※チーズいりかぼちゃのつみあげ 648kcal	
「こはくなます」は、えんぎのよいたべものとして、おせちりょうりにはいっています。			
14	15	○※ジョア	
○牛乳	○牛乳	○※ジョア	
カレーライス □ごはん ★にんじん □じゃがいも カレールウ ○ぶたにく ウスターソース ★たまねぎ コンソメ	はっさく入りフルーツポンチ □ゼリー ☆パイナップル ○かんでん ☆みかん ★はっさく ☆もも	ロパン	○※ジョア
はっさく 713kcal		○※ジョア 764kcal	
「わかやまけんさんのシロップかけをいただきます。」			
18	19	20	21
○※ヨーグルト	○牛乳	○牛乳	○牛乳
※ゆかりごはん しょうゆラーメン □ちゅうかめん ☆もやし ○ぶたにく ☆コーン ○かまぼこ ☆ねぎ ★キャベツ しょうゆ ★にんじん しょうゆ	ロパン ○※ Child's Choice はくさいのスープ ○とりにく ☆しょうが ★はくさい □はるさめ ★チンゲンサイ □ごまあぶら ★たまねぎ ちゅうかだし ★にんじん しょうゆ ★えのきたけ ポークソテー	○※キャロットピラフ にくだんごとんさいのスープ ○にくだんご ☆クレソン ★たまねぎ □じゃがいも ★だいこん コンソメ ★ごぼう しょうゆ ★れんこん しょうゆ	こはくなます □ごはん ○みそ ○ぶたにく さとう ○こはくなます さけ ★たまねぎ しょうゆ ★にんじん しお ★チンゲンサイ オイスターソース ★にんじん トウバンジャン ★しょうが ちゅうかだし □ごま かたくりこ ★ごまあぶら
573kcal	705kcal	712kcal	675kcal
25	26	27	28
○牛乳	○牛乳	○※ジョア	○牛乳
ごはんと のつべ ○とりにく ☆こんにゃく ○こはくなます しょうゆ ○ちくわ さとう □さといも さけ ★だいこん みりん ★にんじん わかやまけんからの「くじら」です。	ロパン ○※ マーシャルピンス かぶのスープ ○ウインナー ☆キャベツ ★かぶ ☆いんげん ★たまねぎ コンソメ ★にんじん しょうゆ ★しめじ	ごはんと ○※ さけふりかけ あすかじる ○とりにく ☆ねぎ ○とうふ ☆ごぼう ○あぶらあげ ○ぎゅうにゅう ★はくさい ○みそ ★たまねぎ だしパック ★えのきたけ	ごはんと あつあげとぶたにくのたいたん ○ぶたにく だしパック ○あつあげ さとう ★だいこん しょうゆ ★たまねぎ みりん ★にんじん さけ ★こんにゃく ★ながねぎ
703kcal	701kcal	646kcal	778kcal
くじらのたつたあげ(4こ) ○くじらに 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 さとう	※ハンバーグ(マーマレードソース) ○※ハンバーグ さとう □マーマレード みりん しょうゆ かたくりこ	○※すきやきふうコロツケ	ポークシチュー ○ぶたにく ☆トマト □じゃがいも ハヤシルウ ★たまねぎ コンソメ ★にんじん しょうゆ ★しめじ
			こうやどうふのサラダ ○こうやどうふ □ごま ○ツナ しょうゆ ★きゅうり さとう ★コーン
			○※マヨネーズクラス1ぼん 725kcal

□・・・き (ねつちからのものになる) ○・・・あか (ち、にく、ほねをつくる) ☆・・・みどり (からだのちょうしをとのえる)

* 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10日(水)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。

日 曜	献 立 名		
7 木	親子丼 紅白なます	牛乳	親子丼[鶏 卵 調味料(小麦 大豆)] 紅白なます[ごま]
8 金	パン 冬野菜のポトフ チーズ入りかぼちゃの包み揚げ	牛乳	パン(小麦 大豆 乳) 冬野菜のポトフ[鶏 ウインナー(豚 鶏 大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] チーズ入りかぼちゃの包み揚げ(小麦 卵 乳 大豆)
12 火	パン 焼きそば ピリ辛もやし	牛乳	パン(小麦 大豆 乳) 焼きそば[焼きそば麺(小麦 大豆 鶏 豚 もも りんご) 豚] ピリ辛もやし[ハム(卵 乳 豚 大豆) ごま 調味料(小麦 大豆 ごま)]
13 水	わかめごはん おぞうに さけの揚げだし	牛乳	わかめごはん(無) おぞうに[油揚げ(大豆) 調味料(大豆 さば)] さけの揚げだし[さけ 調味料(小麦 大豆 さば)]
14 木	カレーライス はっさく入りフルーツポンチ	牛乳	カレーライス[豚 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] はっさく入りフルーツポンチ[ゼリー(りんご) もも]
金	黒糖パン ケチャップ煮 ハムカツ	ジョア	黒糖パン(小麦 大豆 乳) ジョア(乳) ケチャップ煮[鶏 マカロニ(小麦) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 牛)] ハムカツ(豚 鶏 小麦 大豆 乳)
18 月	ゆかりごはん しょうゆラーメン 春巻	ヨーグルト	ゆかりごはん(無) ヨーグルト(乳 ゼラチン) しょうゆラーメン[中華麺(小麦) 豚 調味料(小麦 大豆 豚)] 春巻(小麦 乳 えび ごま 大豆 鶏 豚 りんご)
19 火	パン チルドチョコ 白菜のスープ ポークソテー(トマトソース)	牛乳	パン(小麦 大豆 乳) チルドチョコ(大豆 乳) 白菜のスープ[鶏 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 ごま)] ポークソテー[豚(豚 大豆)]
20 水	キャロットピラフ 肉団子と根菜のスープ エビミックスフライ	牛乳	キャロットピラフ(鶏 大豆) 肉団子と根菜のスープ[肉団子(鶏 豚 大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] エビミックスフライ(豚 小麦 大豆 卵 えび 乳)
21 木	高野で坦々丼 なばなの梅おかかあえ いちご(2個)	牛乳	高野で坦々丼[豚 高野豆腐(大豆) ごま 調味料(小麦 大豆 ごま 鶏 豚)] なばなの梅おかかあえ[調味料(小麦 大豆)]
22 金	パン 野菜とベーコンのポターージュ チキンのオープン焼き(チーズ) だいたいのみース	牛乳	パン(小麦 大豆 乳) 野菜とベーコンのポターージュ[ベーコン(卵 乳 豚 大豆) 牛乳(乳) 調味料(小麦 大豆 豚 鶏 乳)] チキンのオープン焼き(乳 小麦 大豆 鶏) だいたいのみース(大豆 ゼラチン)
25 月	ごはん のっぺ くじらの竜田揚げ(4個)	牛乳	のっぺ[鶏 高野豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆)] くじらの竜田揚げ[調味料(小麦 大豆)]
26 火	パン マーシャルピンズ かぶのスープ ハンバーグ(マーマレードソース)	牛乳	パン(小麦 大豆 乳) マーシャルピンズ(大豆 乳) かぶのスープ[ウインナー(豚 鶏 大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] ハンバーグ[ハンバーグ(鶏 豚 大豆 小麦) 調味料(小麦 大豆)]
27 水	ごはん さけふりかけ 飛鳥汁 すき焼き風コロッケ	ジョア	さけふりかけ(小麦 乳 ごま さけ 大豆) ジョア(乳) 飛鳥汁[鶏 豆腐(大豆) 油揚げ(大豆) 牛乳(乳) 調味料(大豆 さば)] すき焼き風コロッケ(小麦 乳 牛 大豆)
28 木	ごはん 厚揚げと豚肉のたいたん さばの西京焼き	牛乳	厚揚げと豚肉のたいたん[豚 厚揚げ(大豆) 調味料(小麦 大豆 さば)] さばの西京焼き[さば 調味料(大豆)]
29 金	パン ポークシチュー 高野豆腐のサラダ(マヨネーズクラス1本)	牛乳	パン(小麦 大豆 乳) ポークシチュー[豚 調味料(小麦 大豆 豚 鶏)] 高野豆腐のサラダ[高野豆腐(大豆) ツナ(大豆) ごま 調味料(小麦 大豆)] マヨネーズ(卵 大豆 りんご)

アレルギー物質を含む食品の表示(対象原材料27品目)を基本に表示しています。

卵 乳 小麦 そば 落花生 あわび いか いくら えび オレンジ かに キウイ 牛肉 くるみ
さけ さば 大豆 鶏肉 豚肉 まつたけ もも やまいも りんご ゼラチン バナナ ごま カシューナッツ

* 牛乳は、アレルギー物質ですが常時使用していますので、表示をしていません。

* (無)・・・対象原材料27品目が食品に含まれていないことを意味します。

* コンタミネーション(原材料としては使用されていないが、製造工程で混入するおそれがある場合や、わかめ等の海藻類に混入している場合等)については記載していません。

* 一部 商品名を載せています。

1月給食だより

令和2年度 1月
岩出市学校給食共同調理場

明けましておめでとうございます。寒い冬休みを過ごせましたか？いよいよ学年最後の学期となりました。新型コロナウイルスやインフルエンザなどの感染症を防ぐには、きちんと手を洗うこと、食事をしっかり食べること、ストレスや疲れをためないことが重要です。引き続き、一人ひとりが感染予防を徹底しましょう。



1月24日～30日は全国学校給食週間です！

明治22年、山形県でお弁当を持ってこれない子どもたちのために「食」を出したのが日本で最初の学校給食だと言われています。

しかし、戦争で食べ物が無くなり給食が提供できない状態になってしまい、十分に食事ができない子どもが増えました。このことを知ったアメリカから脱脂粉乳や給食物資の支援があり、昭和22年1月に学校給食が再開されました。これを記念して「学校給食週間」が作られました。学校給食の始まりや歴史、給食を作る人の想いなど、給食について少し考え一週間になったら良いなと思います。



和歌山県から「くじら肉」をいただきます

和歌山県南部の熊野灘沿岸では、江戸時代の初めに組織的な古式捕鯨が始まりました。これが各地に伝えられ、日本の鯨文化をもたらしたと言われています。捕まえた鯨は、肉を食べるだけでなく、皮や脂、内臓、ひげなどあらゆる部分を利用し、捕鯨が地域を支える一大産業でした。昔から「鯨一頭、七浦うるおす」と言われています。県内には、鯨にまつわる祭りや伝統芸能、食文化が残されていて、太地町では、今も捕鯨が行われています。鯨産業は、地域の人々の生活を支える上で欠かせないものになっています。

鯨肉は、他の食肉と比べて低カロリーで、たんぱく質が多く、脂肪が少ないのが特徴です。また、鉄分も豊富に含まれており、昔から学校給食の食材として利用されてきました。今回提供する「くじらの竜田揚げ」は、人気メニューの一つですが、懐かしいな、と思う人もご家族の中にいるのではないのでしょうか。食べたことがあるか、家族の方に聞いてみてくださいね。

～1月の献立だより～



「いちご」

・・・ハウス栽培のいちごは、この時期に旬を迎えます。お隣の紀の川市でとれたものです。

～全国学校給食週間(1/24～30)中のメニュー～



「のっぺ」

・・・紀ノ川流域の郷土料理です。大根、萮芋、人参などを使った煮物で、大晦日や節分などによく食べられます。それぞれの家庭によって加える材料が少しずつ異なり、家ごとの味を存りあげています。

「飛鳥汁」

・・・飛鳥汁は、奈良県の郷土料理で、鶏肉や野菜などが入った真だくさんのみそ汁に牛乳を加えて作るまろやかな味の汁物です。奈良時代には食べられていたと言われ、天皇が住む宮廷でも飛鳥汁が飲まれていたようです。

「さばの西京焼き」「厚揚げと豚肉のたいたん」

・・・西京焼きは、京都特産の「西京みそ」に漬けた魚を焼いた料理です。漬けて焼くとこげやすいため、給食では、焼いたさばに西京みそを使ったタレをかけて出したいと思います。

「たいたん」とは、京都の方言で「たいたもの」、つまり煮物という意味です。厚揚げを使った「たいたん」は、その中でもよく食べられる「おばんざい」と言われる家庭料理です。

～保護者の方へ～

給食で、初めて食べる食材があるなど、気になることがある場合、また、食材が原因によるアレルギー症状や嘔吐などがある場合は、事前に各学校へお知らせください。(アレルギー表も、ご確認ください。)