



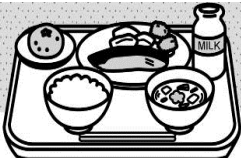
平成29年 1月 学校給食予定献立表 (小学校)

※ 物資の都合等により変更する場合があります。

日	曜日	こんだてめい ◆:よくかんでたべよう	エネルギーのもとになる (き)	からだをつくる (あか)	からだのちょうしをととのえる (みどり)	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
13	金	パン ギョウにゅう とりにくのマーマレードに(2こ) スパゲティのケチャップいため コンソメスープ	パン ジャがいも スパゲティ あぶら	ギョウにゅう ぶたにく とりにく ベーコン	キャベツ にんじん たまねぎ コーン パセリ にんにく ピーマン オレンジ みかん	679 30.3
16	月	ごはん ギョウにゅう さけのみそマヨネーズやき くろまめのにまめ ばちじる	ごはん そうめんパチ マヨネーズ さとう	ギョウにゅう あぶらあげ さけ みそ くろまめ	たまねぎ だいこん にんじん ほししいたけ ねぎ ピーマン あかピーマン	679 29.2
17	火	カレーライス ギョウにゅう むしシューマイ(2こ) ばんさんすう	ごはん ジャがいも はるさめ さとう パンこ ごまあぶら あぶら こむぎこ でんぶん	ギョウにゅう ぶたにく チキンハム	たまねぎ にんじん もやし しょうが にんにく キャベツ グリンピース	691 23.7
18	水	パン ギョウにゅう しろみさかなのゆずかあげ おんやさいサラダ(ドレッシング) ワントンスープ	パン ワントンのかわ でんぶん あぶら さとう ごまあぶら ジャがいも ごま	ギョウにゅう ぶたにく ホキ	たまねぎ にんじん もやし えのきたけ ねぎ ゆず キャベツ ブロッコリー あかピーマン	620 28.2
19	木	ごはん ギョウにゅう かぼちゃひきにくサンドフライ こまつなごまあえ とんじる あじつけのり	ごはん あぶら パンこ ごま さとう でんぶん こむぎこ	ギョウにゅう ぶたにく とうふ あぶらあげ のり みそ	だいこん こんにゃく ごぼう にんじん ねぎ かぼちゃ こまつな もやし たまねぎ	655 21.7
20	金	ピタパン ギョウにゅう やきそば オムレツのあますあんかけ ◆ごぼうのマヨネーズソテー みかん	ピタパン ちゅうかめん あぶら さとう でんぶん マヨネーズ ごま	ギョウにゅう ぶたにく かつおぶし あおのり たまご ポークハム	キャベツ にんじん もやし ねぎ たまねぎ ピーマン あかピーマン ごぼう みかん ほうれんそう	655 27.1
23	月	パン ギョウにゅう にこみハンバーグ もやしのカレーいため ジャがいものスープ	パン ジャがいも さとう あぶら でんぶん	ギョウにゅう とりにく やきぶた ぶたにく	にんじん たまねぎ コーン パセリ セロリー もやし マッシュルーム グリンピース チンゲンサイ	659 28.1
24	火	★日本の味めぐり①ながさき★ ごはん ギョウにゅう ぶりのてりやき ◆うらがみそぼろ ぐそうに	ごはん もち さとう でんぶん あぶら ごまあぶら	ギョウにゅう とりにく かまぼこ ぶり ぶたにく さつまあげ	はくさい にんじん だいこん ほししいたけ ねぎ ごぼう もやし こんにゃく さやいんげん	699 29.9
25	水	こくとうパン ギョウにゅう たまねぎクロック ◆れんこんとツナのサラダ ちゅうかスープ	パン こくとう あぶら マヨネーズ ジャがいも でんぶん こむぎこ パンこ さとう	ギョウにゅう ぶたにく ツナ ギョウにく	もやし ほししいたけ ねぎ にんじん はくさい たまねぎ れんこん キャベツ	641 22.0
26	木	★日本の味めぐり②ぎふ★ ごはん ギョウにゅう けいちゃん ◆きりぼしだいこんのごまあえ こぶじる	ごはん さといも あぶら さとう ごま	ギョウにゅう こんぶ あぶらあげ とりにく みそ ポークハム	だいこん ごぼう にんじん ねぎ しょうが にんにく キャベツ たまねぎ もやし きりぼしだいこん ほうれんそう	600 26.1
27	金	パン ギョウにゅう わかさぎのいそべあげ やさしいホットアーモンド ミネストローネ	パン ジャがいも マカロニ こむぎこ あぶら アーモンド さとう	ギョウにゅう ベーコン だいす わかさぎ あおのり	たまねぎ にんじん パセリ セロリー チンゲンサイ キャベツ トマト	633 25.5
30	月	★日本の味めぐり③ぐんま★ ごはん ギョウにゅう ◆いかのねぎしおやき おきりこみ ◆こんにゃくのいために みかん	ごはん うどん さといも ごまあぶら さとう あぶら	ギョウにゅう いか とりにく あぶらあげ ちくわ	だいこん にんじん ごぼう はくさい しめじ こんにゃく しょうが にんにく ねぎ ねぶかねぎ さやいんげん みかん	628 27.9
31	火	ごはん ギョウにゅう あげぎょうざ(2こ) ブロッコリーのおかかあえ マーボーどうぶ	ごはん さとう でんぶん あぶら ごまあぶら こめこ	ギョウにゅう とうふ ぶたにく みそ かつおぶし	ねぶかねぎ しょうが にら にんにく ブロッコリー もやし キャベツ	685 27.3

1月24日
~30日

全国学校給食週間



給食週間の献立
『日本の味めぐり』

【ながさきの郷土料理】



ウらがみそぼろ
ぶた肉や野菜をあまからくいためた、野菜いためやきんにらにもた、料理です。

日本にキリスト教が伝わった後、ポルトガル人の神父さんが、「健康に良いから」と、日本人にぶた肉を食べることをすすめたことから、この料理が生まれたのだそうです。「そぼろ」とは、方言で、「あらいせん切り」という意味だそうです。

○ぐそうに

しまばら地方でお正月に食べられる料理です。

【ぎふの郷土料理】



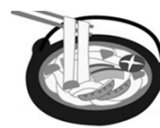
○こぶじる
年末年始にかけて食べる料理で、細長く切ったこんぶや野菜を入れることで、『長生きできますように』という願いがこめられています。

○けいちゃん

みそダレに漬け込んだとり肉を野菜といっしょにいためます。「けい」はとり肉をあらわしています。



【ぐんまの郷土料理】



○おきりこみ
ぐんま県は、小麦のさい培がさかんで、うどんがよく食べられています。おきりこみは、うどんを「切っては入れ、切っては入れ」で作る様子から、この名前がついたそうです。

○特産品『下仁田ねぎ』
給食では、いかとしお焼きにします。(給食は通常の白ねぎです。)

