

今月の平均栄養価
 熱量:683kcal
 蛋白質:26.9g
 脂質:23.5g 塩分:3.0g
 *麺類の汁含む

1月*こんだてひょう* ~ 給食について知ろう ~



日	曜	こんだてめい	ざいりょうめい	日	曜	こんだてめい	ざいりょうめい	日	曜	こんだてめい	ざいりょうめい	日	曜	こんだてめい	ざいりょうめい
<p>1月24日~30日は、全国学校給食週間です!</p> <p>日本の学校給食は、山形県の私立忠愛小学校において貧困を救うために提供されたことが始まりとされています。学校給食の意義や、献立の移り変わりなど、給食について調べてみましょう。</p>															
								15	木	むぎごはん 南幌産ゆめぴりか・国産米粒麦		16	金	ごはん 南幌産ゆめぴりか	
										ハヤシライス 豚肉・じゃが芋・玉ネギ・人参・たもぎ茸・にんにく・生姜・トマト缶・ハヤシルウ・トマトケチャップ・バター				しおワンタンスープ ワンタン・豚肉・白菜・人参・玉ねぎ・竹の子・ごま・塩ラーメンスープ・鶏がらスープ・塩・こしょう	
										フルーツカクテル 国産みかん缶・国産パイン缶・国産桃缶・カクテルゼリー(りんご・もも・大豆含む)				ふっくらにくだんご2こ 鶏・豚・大豆・小麦・ごま含む	
														コーンソテー コーン・ベーコン・玉ねぎ・バター・コンソメ・塩・こしょう	

19	月	ミートスパゲティ 豚挽肉・大豆ミート・玉ネギ・人参・セロリ・にんにく・パセリ・デミグラスソース・エスパニョールソース・ケチャップ・ピューレ・トマト缶・ソース・バター・チーズ・コンソメ・砂糖 (バックスパゲティ)	20	水	ごはん 南幌産ゆめぴりか	21	水	ごはん 南幌産ゆめぴりか	22	木	ごはん 南幌産ゆめぴりか	23	金	ミルクパン 南幌産小麦ゆめちから
		もやしサラダ もやし・きゅうり・ハム・砂糖・醤油・ごま油・塩			とりごぼうじる 鶏肉・人参・ごぼう・厚揚げ・ぶなしめじ・長ネギ・味噌・だし汁			ちゅうかビーフンスープ 鶏肉・ビーフン・白菜・生しいたけ・人参・長ネギ・醤油・鶏がらスープ・コンソメ・ごま油・片栗粉・塩			スープカレー 鶏肉・カレー粉・生姜・じゃが芋・人参・玉ネギ・セロリ・キャベツ・コンソメ・鶏がらスープ・米油・醤油・スープカレールウ			にんじんポタージュ 人参ペースト・人参・玉ねぎ・米油・ベシャメルルウ・クリームコーン・牛乳・コンソメ・生クリーム・塩・パセリ
		ヨーグルト 乳・ゼラチン含む			ほっけフライ 小麦・大豆含む 道産ほっけ使用・キャノーラ油			ポークしゅうまい2こ 豚・大豆・小麦・ごま含む キャノーラ油			チーズはんぺんフライ 卵・乳・小麦・大豆・魚介類使用 キャノーラ油			マーマレードチキン 鶏肉・塩・こしょう・マーマレードジャム・醤油・酒
					もやしとひきにくのいためもの もやし・小松菜・豚ひき肉・人参・生椎茸・すりごま・ごま油・塩			にんじんいため 人参・玉ねぎ・豚肉・醤油・オイスターソース・砂糖・塩・こしょう・米油			さんしょくあえ ハム・人参・きゅうり・砂糖・酢・ごま油・塩			チーズサラダ ツナ・きゅうり・人参・チーズ・マヨネーズ・醤油

1月24~30日は、「ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん」です!

26	月	ごはん 南幌産ゆめぴりか	27	火	わかめごはん 南幌産ゆめぴりか・わかめごはんの素	28	水	ごはん 南幌産ゆめぴりか	29	木	むぎごはん 南幌産ゆめぴりか・国産米粒麦	30	金	ごはん 南幌産ゆめぴりか
		つぼんじる 鶏肉・里芋・人参・ごぼう・こんにやく・干し椎茸・厚揚げ・竹輪・長ネギ・酒・うすくちしょうゆ・塩・煮干しだし汁			キャベツのみそじる キャベツ・人参・高野豆腐・味噌・だし汁			すいぎょうぎスープ 水餃子(豚・鶏・小麦・ごま・大豆含む)・白菜・玉ねぎ・人参・長ネギ・ぶなしめじ・鶏がらスープ・塩ラーメンスープ・みりん・ごま・塩・こしょう			ポークカレー 豚肉・じゃが芋・玉ネギ・人参・カレールウ・にんにく・しょうが・バター・トマトケチャップ・りんご・チャツネ・粉チーズ			いももちじる いももち・白菜・人参・ごぼう・鶏肉・高野豆腐・長ネギ・醤油・みりん・だし汁
		メンチカツ 小麦・豚・大豆含む キャノーラ油			たらザンギ 小麦含む 道産鰯使用・キャノーラ油			だいたいカレーコロッケ 小麦・大豆含む キャノーラ油			シャキッとサラダ もやし・切干し大根・きゅうり・ツナ・砂糖・醤油・ごま油・塩			さけのマヨネーズやき 鮭・塩・マヨネーズ・パセリ
		多良木献立 たらぎドレッシングサラダ 大根・小松菜・人参・焼き玉ねぎドレッシング(小麦・大豆含む)・酢・うすくちしょうゆ・こしょう			にくじゃが 豚肉・しらたき・玉ねぎ・人参・米油・醤油・砂糖・みりん・だし汁			ぶたキムチ 豚肉・しょうが・にんにく・キャベツ・人参・砂糖・醤油・キムチの素・中華だし・ごま油・片栗粉			きゅうしょくしゅうかんデザート 乳・大豆含む			こまつなサラダ 小松菜・もやし・コーン・ツナ・醤油・酢・砂糖

こんげつ こんだて
今月の献立から...

1月24日~30日は、「全国学校給食週間」です。

26日(月)・・・多良木町 児童交流の日です。多良木町の給食を教えてくださいました!

29日(木)・・・給食週間のデザートがつきます。ミルクプリンです。

30日(金)・・・日本での給食のはじまりは、おにぎり、鮭の塩焼き、青菜の漬物だったそうです。

お知らせ

- * 牛乳は、毎日つきます。
- * 物資の都合により献立の一部が変更になることがあります。ご了承ください。
- * だし汁は、昆布と節(さば・いわし・かつお・まぐろ・むろあじ)でとっています。
- * 魚には骨があることがありますので、気をつけて食べましょう。

★うどん麺は南幌産小麦「きたほなみ」、ラーメン麺・パンは南幌産小麦「ゆめちから」を使用しています。