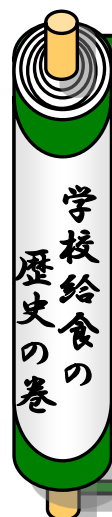


1月予定献立表

月	火	水	木	金																																
<p>主食：穀類を中心にした献立 主菜：肉・魚・卵・豆のメインのおかず 副菜：野菜のおかずや果物、デザート 汁物：みそ汁やスープなどの献立 飲み物：牛乳やオレンジジュースなど ※材料の都合で、献立の一部を変更する場合があります。 ※献立に含まれるアレルギーの詳細については、学校より配布される「アレルギーを使用した献立表」をご確認ください。 必要な場合は学校にお問い合わせください。</p>				<p>【14日】 牛乳 コッペパン ミネストローネ ガリバタチキン かぼちゃサラダ</p>																																
				<table border="1"> <tr> <td>主食</td> <td>コッペパン</td> </tr> <tr> <td>汁物</td> <td>豚ベーコン ひよこ豆 トマト キャベツ 人参 砂糖</td> </tr> <tr> <td>主菜</td> <td>鶏肉 玉ねぎ 菜種油 パター にんにく 砂糖</td> </tr> <tr> <td>副菜</td> <td>かぼちゃ じゃがいも 卵黄</td> </tr> </table>	主食	コッペパン	汁物	豚ベーコン ひよこ豆 トマト キャベツ 人参 砂糖	主菜	鶏肉 玉ねぎ 菜種油 パター にんにく 砂糖	副菜	かぼちゃ じゃがいも 卵黄																								
主食	コッペパン																																			
汁物	豚ベーコン ひよこ豆 トマト キャベツ 人参 砂糖																																			
主菜	鶏肉 玉ねぎ 菜種油 パター にんにく 砂糖																																			
副菜	かぼちゃ じゃがいも 卵黄																																			
<p>【17日】 牛乳 ごはん ならとうすらの卵のスープ いわしのみぞれ煮 みそきんぴら</p>	<p>【18日】 牛乳 しょうゆラーメン 海藻サラダ (中のみ) 型抜きチーズ</p>	<p>【19日】 牛乳 チキンカレーライス (麦入りごはん) もものゼリー和え</p>	<p>【20日】 牛乳 ごはん みそ汁 えびしゅうまい (ひとり2こ) (しょうゆボトル) そぼろ大大根</p>	<p>【21日】 牛乳 卵パン オニオンスープ メンチカツ (ソースボトル) グリーンサラダ</p>																																
<table border="1"> <tr> <td>主食</td> <td>ごはん</td> </tr> <tr> <td>汁物</td> <td>うすら卵 玉ねぎ なら 白菜</td> </tr> <tr> <td>主菜</td> <td>いわし 大根</td> </tr> <tr> <td>副菜</td> <td>豚肉 ごぼう 人参 つきこんにゃく ごま油 砂糖 ごま 生姜</td> </tr> </table>	主食	ごはん	汁物	うすら卵 玉ねぎ なら 白菜	主菜	いわし 大根	副菜	豚肉 ごぼう 人参 つきこんにゃく ごま油 砂糖 ごま 生姜	<table border="1"> <tr> <td>ラーメン</td> <td>豚肉 キャベツ 人参 もやし 玉ねぎ なたと ラード ごま油 わかめ 雪わかめ こんにゃく 赤とさかのり しるふのり 大根 きゅうり</td> </tr> <tr> <td>チーズ</td> <td>チーズ</td> </tr> </table>	ラーメン	豚肉 キャベツ 人参 もやし 玉ねぎ なたと ラード ごま油 わかめ 雪わかめ こんにゃく 赤とさかのり しるふのり 大根 きゅうり	チーズ	チーズ	<table border="1"> <tr> <td>ごはん</td> <td>大麥</td> </tr> <tr> <td>鶏肉</td> <td>じゃがいも 玉ねぎ 人参 白いんげん豆 トマト にんにく 菜種油 米粉</td> </tr> <tr> <td>黄桃缶詰</td> <td>シャインマスカットゼリー</td> </tr> </table>	ごはん	大麥	鶏肉	じゃがいも 玉ねぎ 人参 白いんげん豆 トマト にんにく 菜種油 米粉	黄桃缶詰	シャインマスカットゼリー	<table border="1"> <tr> <td>ごはん</td> <td>白菜 人参 たもぎ茸</td> </tr> <tr> <td>えび</td> <td>卵白 生姜 じゃがいも 鶏ひき肉 大根 長ねぎ 菜種油 砂糖 米粉</td> </tr> </table>	ごはん	白菜 人参 たもぎ茸	えび	卵白 生姜 じゃがいも 鶏ひき肉 大根 長ねぎ 菜種油 砂糖 米粉	<table border="1"> <tr> <td>卵パン</td> <td>豚ひんちゃん 玉ねぎ 人参 コーン 菜種油</td> </tr> <tr> <td>鶏肉</td> <td>玉ねぎ ラード ワイン 牛肉 パン粉 小麦粉 トマト 菜種油</td> </tr> <tr> <td>キャベツ</td> <td>枝豆 きゅうり</td> </tr> </table>	卵パン	豚ひんちゃん 玉ねぎ 人参 コーン 菜種油	鶏肉	玉ねぎ ラード ワイン 牛肉 パン粉 小麦粉 トマト 菜種油	キャベツ	枝豆 きゅうり				
主食	ごはん																																			
汁物	うすら卵 玉ねぎ なら 白菜																																			
主菜	いわし 大根																																			
副菜	豚肉 ごぼう 人参 つきこんにゃく ごま油 砂糖 ごま 生姜																																			
ラーメン	豚肉 キャベツ 人参 もやし 玉ねぎ なたと ラード ごま油 わかめ 雪わかめ こんにゃく 赤とさかのり しるふのり 大根 きゅうり																																			
チーズ	チーズ																																			
ごはん	大麥																																			
鶏肉	じゃがいも 玉ねぎ 人参 白いんげん豆 トマト にんにく 菜種油 米粉																																			
黄桃缶詰	シャインマスカットゼリー																																			
ごはん	白菜 人参 たもぎ茸																																			
えび	卵白 生姜 じゃがいも 鶏ひき肉 大根 長ねぎ 菜種油 砂糖 米粉																																			
卵パン	豚ひんちゃん 玉ねぎ 人参 コーン 菜種油																																			
鶏肉	玉ねぎ ラード ワイン 牛肉 パン粉 小麦粉 トマト 菜種油																																			
キャベツ	枝豆 きゅうり																																			
<p>【24日】 牛乳 ごはん みそ汁 ごぼうコロッケ ほうれん草のごま和え</p>	<p>【25日】 牛乳 スパゲティボロネーゼ (スパゲティ) イタリアンサラダ</p>	<p>【26日】 牛乳 ごはん みそ汁 厚焼きたまご 肉じゃが</p>	<p>【27日】 牛乳 ぶたキム丼 (ごはん) ワンタンスープ レモンゼリー</p>	<p>【28日】 牛乳 あずきパン クリームシチュー ハンバーグ (ケチャップボトル) コーンサラダ</p>																																
<table border="1"> <tr> <td>主食</td> <td>ごはん</td> </tr> <tr> <td>汁物</td> <td>豆腐 白菜 わかめ</td> </tr> <tr> <td>主菜</td> <td>じゃがいも ごぼう 玉ねぎ 人参 小麦粉 パン粉 菜種油</td> </tr> <tr> <td>副菜</td> <td>ほうれん草 もやし 人参 ごま 砂糖</td> </tr> </table>	主食	ごはん	汁物	豆腐 白菜 わかめ	主菜	じゃがいも ごぼう 玉ねぎ 人参 小麦粉 パン粉 菜種油	副菜	ほうれん草 もやし 人参 ごま 砂糖	<table border="1"> <tr> <td>スパゲティ</td> <td>菜種油</td> </tr> <tr> <td>豚ひき肉</td> <td>大豆 玉ねぎ 人参 しめじ トマト 小麦粉 ラード 赤ワイン にんにく 砂糖</td> </tr> <tr> <td>キャベツ</td> <td>きゅうり 黄パプリカ</td> </tr> </table>	スパゲティ	菜種油	豚ひき肉	大豆 玉ねぎ 人参 しめじ トマト 小麦粉 ラード 赤ワイン にんにく 砂糖	キャベツ	きゅうり 黄パプリカ	<table border="1"> <tr> <td>ごはん</td> <td>油揚げ 白菜 えのき茸</td> </tr> <tr> <td>鶏卵</td> <td>鶏卵</td> </tr> <tr> <td>豚肉</td> <td>じゃがいも 玉ねぎ 人参 いんげん つきこんにゃく 菜種油 砂糖</td> </tr> </table>	ごはん	油揚げ 白菜 えのき茸	鶏卵	鶏卵	豚肉	じゃがいも 玉ねぎ 人参 いんげん つきこんにゃく 菜種油 砂糖	<table border="1"> <tr> <td>ごはん</td> <td>ワンタン 小松菜 人参 もやし 椎茸</td> </tr> <tr> <td>豚肉</td> <td>玉ねぎ なら 白菜 大根 人参 昆布 にんにく ごま 菜種油 砂糖 でん粉</td> </tr> <tr> <td>砂糖</td> <td>レモン果汁</td> </tr> </table>	ごはん	ワンタン 小松菜 人参 もやし 椎茸	豚肉	玉ねぎ なら 白菜 大根 人参 昆布 にんにく ごま 菜種油 砂糖 でん粉	砂糖	レモン果汁	<table border="1"> <tr> <td>あずきパン</td> <td>鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 菜種油 豆乳 白いんげん豆 米粉</td> </tr> <tr> <td>鶏肉</td> <td>玉ねぎ なら 白菜 大根 人参 小麦粉 唐辛子 でん粉</td> </tr> <tr> <td>キャベツ</td> <td>コーン</td> </tr> </table>	あずきパン	鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 菜種油 豆乳 白いんげん豆 米粉	鶏肉	玉ねぎ なら 白菜 大根 人参 小麦粉 唐辛子 でん粉	キャベツ	コーン
主食	ごはん																																			
汁物	豆腐 白菜 わかめ																																			
主菜	じゃがいも ごぼう 玉ねぎ 人参 小麦粉 パン粉 菜種油																																			
副菜	ほうれん草 もやし 人参 ごま 砂糖																																			
スパゲティ	菜種油																																			
豚ひき肉	大豆 玉ねぎ 人参 しめじ トマト 小麦粉 ラード 赤ワイン にんにく 砂糖																																			
キャベツ	きゅうり 黄パプリカ																																			
ごはん	油揚げ 白菜 えのき茸																																			
鶏卵	鶏卵																																			
豚肉	じゃがいも 玉ねぎ 人参 いんげん つきこんにゃく 菜種油 砂糖																																			
ごはん	ワンタン 小松菜 人参 もやし 椎茸																																			
豚肉	玉ねぎ なら 白菜 大根 人参 昆布 にんにく ごま 菜種油 砂糖 でん粉																																			
砂糖	レモン果汁																																			
あずきパン	鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 菜種油 豆乳 白いんげん豆 米粉																																			
鶏肉	玉ねぎ なら 白菜 大根 人参 小麦粉 唐辛子 でん粉																																			
キャベツ	コーン																																			
<p>【31日】 牛乳 ごはん わかめスープ 鶏肉のチリソース炒め 中華サラダ</p>	<div style="border: 2px dashed black; padding: 10px;"> <p>1月20日「そぼろ大大根」は幕別中学校1年生考案のメニューです!</p> <p>幕別中学校1年生が総合的な学習の時間で幕別の特産品を使用した給食メニューを考えました。その中の1つが実際に給食メニューとして登場します！幕別町で作られた大根はとても大きいということでそぼろ大大根と名付けたそうです。いつもより大きく食べ応えのある大根を味わってください。</p>  </div>																																			
<table border="1"> <tr> <td>主食</td> <td>ごはん</td> </tr> <tr> <td>汁物</td> <td>わかめ もやし 人参 長ねぎ</td> </tr> <tr> <td>主菜</td> <td>鶏肉 玉ねぎ ごま油 にんにく トマト 砂糖 唐辛子 でん粉</td> </tr> <tr> <td>副菜</td> <td>ポークハム キャベツ</td> </tr> </table>	主食	ごはん	汁物	わかめ もやし 人参 長ねぎ	主菜	鶏肉 玉ねぎ ごま油 にんにく トマト 砂糖 唐辛子 でん粉	副菜	ポークハム キャベツ																												
主食	ごはん																																			
汁物	わかめ もやし 人参 長ねぎ																																			
主菜	鶏肉 玉ねぎ ごま油 にんにく トマト 砂糖 唐辛子 でん粉																																			
副菜	ポークハム キャベツ																																			

1月24日～1月30日は「全国学校給食週間」です



学校給食の歴史は、明治22年、山形県鶴岡市の忠愛小学校で、お弁当を持ってくることのできない児童を対象に、昼食を出したのが始まりです。昭和21年12月24日から東京、神奈川、千葉で学校給食が再び始まり、この日が給食記念日となりました。ただし12月24日が冬休みに入るため、1ヵ月後の1月24日からの1週間を「全国学校給食週間」としたのです。子供たちの食生活を取り巻く環境が大きく変化し、偏った栄養摂取、肥満など懸念される問題も見られる今日、「学校給食」は子供たちが食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付け、生涯にわたって健康的で心豊かな食生活を送るために、とても重要な役割を果たしています。

学校給食の移り変わり

