



# 学校給食こんだて表



令和6年1月



小竹町学校給食共同調理場

日付 曜日	献立名 ●=主食 ○=おかずなど	牛乳	使われている食品と体内での主な働き						エネルギー (kcal)
			主に体をつくるもとになる		主に体の調子を整えるもとになる		主にエネルギーのもとになる		
			あか	みどり	き	き	き		
10 (水)	<b>*おしょうがつこんだて*</b> ●ごはん ○ぶりのてりやき ○こうはくなます ○もちいりそうじ	☆	ぶり あぶらあげ とりにく かまぼこ	ぎゅうにゅう	にんじん みずな	だいこん かぼす はくさい しいたけ	こめ さとう きょうかまい にこみもち	あぶら	656
11 (木)	●○メンチカツバーガー (かしわがたパン・ チキンメンチカツ・ゆでやさい) ○いっしょくソース ○まめいりコーンポタージュ	☆	メンチカツ しろいんげん	ぎゅうにゅう クリーム	にんじん	キャベツ コーンクリーム コーン たまねぎ	パン クルトン	あぶら	636
12 (金)	●むぎごはん ○ハンバーグおろしソースがけ ○いんげんとコーンのソテー ○こんさいじる	☆	ハンバーグ ベーコン とうふ かまぼこ あぶらあげ	ぎゅうにゅう	いんげん にんじん ねぎ	だいこん コーン ごぼう しいたけ	こめ むぎ きょうかまい さとう	バター	622
15 (月)	●ごはん ○ぎゅうにくとじゃがいものきんぴらに ○だいこんのみそじる ○やめちャムース	☆	ぎゅうにく とうふ あぶらあげ みそ	ぎゅうにゅう わかめ ムース	にんじん いんげん	ごぼう こんにやく だいこん しろねぎ エノキ	こめ さとう きょうかまい じゃがいも	ごまあぶら	648
16 (火)	●こめこパン ○ポテトクリームシチュー ○カラフルソテー	☆	とりにく しろいんげん とうにゅう ウインナー	ぎゅうにゅう チーズ クリーム	にんじん あおピーマン あかピーマン	たまねぎ もやし マッシュルーム グリーンピース コーン	パン こめこ じゃがいも はくりきこ	バター あぶら 卵 あぶら	612
17 (水)	●かしわごはん ○いわしのカリカリフライ (2ひき) ○かぶのあまずけ ○ほうれんそうのすましじる	☆	とりにく あぶらあげ とうふ かまぼこ	ぎゅうにゅう いわし こんぶ	にんじん ほうれんそう	ごぼう しいたけ えだまめ かぶ たまねぎ	こめ さとう	あぶら	592
18 (木)	●ミルクねじりパン ○みそラーメン ○キャベツとじゃがいものサラダ	☆	ぶたにく みそ	ぎゅうにゅう	にんじん にら ねぎ	にんにく しょうが コーン もやし きくらげ キャベツ	パン ちゃんぽん じゃがいも	あぶら ごまあぶら	609
19 (金)	●むぎごはん ○ぶたじゃがキムチ ○ショールンボウ ○のりのナムル	☆	ぶたにく しょうが オ	ぎゅうにゅう やきのり	にんじん にら キムチ こまつな	たまねぎ しらたき にんにく もやし	こめ むぎ きょうかまい じゃがいも さとう	あぶら ごまあぶら	664
22 (月)	●○ねぎしおぶたどん (むぎごはん・ねぎしおぶたどんのぐ) ○わかめとチーズのサラダ	☆	ぶたにく かまぼこ ハム	ぎゅうにゅう わかめ チーズ	にんじん	にんにく もやし たまねぎ しろねぎ レモン きゅうり キャベツ コーン	こめ むぎ きょうかまい でんぶん	ごまあぶら あぶら ドレッシング	641
23 (火)	●しょくパン ○いちごジャム ○ほうれんそうオムレツ ○じゃがいものマスタードいため ○とりにくとやさいのスープ	☆	オムレツ ウインナー とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん プロッコリー	たまねぎ	パン ジャム じゃがいも	あぶら 卵 マヨ	632
24 (水)	<b>*なつかしのこんだて*</b> ●ごはん ○カレーライス ○かいそうサラダ	☆	ぎゅうにく とうにゅう ツナ	ぎゅうにゅう かいそう わかめ	にんじん	たまねぎ しょうが にんにく グリンピース だいこん きゅうり コーン	こめ きょうかまい じゃがいも さとう	卵 あぶら ごまあぶら	593
25 (木)	<b>*なつかしのこんだて*</b> ●きなこあげパン ○マカロニサラダ ○かぶのポトフ	☆	きなこ ハム とりにく ウインナー	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ きゅうり コーン たまねぎ キャベツ かぶ	パン さとう マカロニ じゃがいも	あぶら 卵 マヨ	623
26 (金)	<b>*きょうどりょうり (ふくおかけん) *</b> ●むぎごはん ○いわしのぬかみそだき ○ゆずのかおりあえ ○みずたきふうじる	☆	いわし とりにく とうふ	ぎゅうにゅう	にんじん しゅんぎく	もやし キャベツ はくさい エノキ しろねぎ	こめ むぎ きょうかまい マロニー	ドレッシング	601
29 (月)	<b>*なつかしのこんだて*</b> ●ごはん ○くじらのケチャップがらめ ○ひじきのいりに ○かきたまじる	☆	たつたあげ あぶらあげ とうふ たまご	ぎゅうにゅう ひじき わかめ	トマト にんじん いんげん ねぎ	しょうが れんこん エノキ	こめ さとう きょうかまい でんぶん	あぶら	629
30 (火)	<b>*なつかしのこんだて*</b> ●コッパパン ○スパゲティミートソース ○ハムとだいこんのサラダ	☆	ぎゅうにく ぶたにく ハム	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん トマト	たまねぎ にんにく マッシュルーム だいこん きゅうり コーン	パン スパゲティ	あぶら 卵 マヨ	655
31 (水)	●むぎごはん ○みそおでん ○のりマヨネーズあえ ○みかん	☆	とりにく てんぷら あつあげ みそ ツナ	ぎゅうにゅう こんぶ やきのり	こまつな にんじん	こんにやく だいこん キャベツ もやし みかん	こめ むぎ きょうかまい さといも さとう	卵 マヨ	671

※こんだてや材料は、入荷状況などの都合で変更することがあります。

## \* 1月24日～30日は、全国学校給食週間です \*

学校給食は子どもたちが食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけるために重要な役割を果たしています。

全国学校給食週間は、このような学校給食の意義や役割についての理解を深めて、関心を高めるための1週間です。この期間、給食では、揚げパンやくじらなど、昔(昭和時代)よく食べられていた給食が登場します。また、みなさんの地元である福岡県の郷土料理にちなんだ給食も登場します。



がっこう きゅうしょく  
**学校給食のはじまり**

1月24日～30日は、全国学校給食週間です。  
給食の歴史を知りましょう。

- お寺の中にあつたお風呂は、お寺で手に入るお風呂は、お寺で手に入るお風呂は、お寺で手に入る
- おなかがすいて元気がでないよー
- お寺で手に入るお風呂は、お寺で手に入るお風呂は、お寺で手に入る
- これが日本の学校給食のはじまりです。