［　1がつこんだてよてい表　］

2024年 1月度　　1(小学校)

日	献立名	牛乳	赤の仲間・血や肉になる	黄の仲間・熱や力の元になる	緑の仲間・体の調子を整える	その他	エネルギー 蛋白質 脂質 しお相当量
10 水	ごはん	○	<ぎゅうにゅうD>	こめ			680 kcal
	ハンバーグ		(ぶたにく,とりにく)	(でんぷん,あぶら)	(たまねぎ)	(しお)	24.7 g
	マカロニのトマトソースに		ぶたにく,とりにく,チーズD	マカロニA,オリーブあぶら	にんにく,にんじん,たまねぎ,しめじ,えだまめ,トマト	ケチャップ,しお,こしょう,やさいブイヨン,ちゅうのうソース	25.1 g
	ビーンズポタージュ		ベーコン,いんげんﾍﾟｰｽﾄ,ぎゅうにゅうD なまクリームD	あぶら	たまねぎ,にんじん,クリームコーン,パセリ	しお,こしょう,ホワイトルー	2.2 g
11 木	ごはん　**お正月料理**	○	<ぎゅうにゅうD>	こめ			578 kcal
	さばのみそに		(さば,みそ)	(さとう,でんぷん)			21.3 g
	こうはくなます		かつおぶし	さんおんとう	だいこん,にんじん,ゆず	しお,す,しょうゆ	18.1 g
	ぞうに		とりにく,かまぼこ	しらたまもち	はくさい,にんじん,ごぼう,みずな,しいたけ	さけ,しょうゆ,かつおぶし,こんぶだし	1.9 g
12 金	ごはん	○	<ぎゅうにゅうD>	こめ			565 kcal
	やさいしゅうまい		(とうふ,ぎょにく,たまごC,だいず)	(さとう,こむぎこA,でんぷん,あぶら)	(にんじん,いんげん,ねぎ,たまねぎ,キャベツ,たけのこ)	(しお,しょうゆ)	21.9 g
	ぶたにくとピーマンのオイスターソースいため		ぶたにく	さんおんとう,でんぷん,ごまあぶら	たけのこ,にんじん,ピーマン,たまねぎ,しょうが,にんにく	しょうゆ,さけ,オイスターソース	8.7 g
	たまごとコーンのスープ		ベーコン,たまごC	ごまあぶら,でんぷん,あぶら	にんじん,たまねぎ,コーン,クリームコーン,パセリ	しょうゆ,しお,こしょう,とりがら	1.7 g
15 月	むぎごはん	○	<ぎゅうにゅうD>	こめ,むぎ			621 kcal
	シシリアン（やきにく）		ぶたにく	さんおんとう,でんぷん,あぶら	しょうが,にんにく	さけ,みりん,しょうゆ りんごピューレ	26.3 g
	シシリアン（やさい/1しょくたまごぬきマヨネーズ			あおじそドレッシング 1しょくたまごぬきマヨネーズ	キャベツ,きゅうり,パプリカ	しお	22.4 g
	やさいスープ		とりにく	マカロニA,あぶら	にんじん,たまねぎ,はくさい,だいこん,エリンギ,ブロッコリー	やさいブイヨン,しお,こしょう	1.5 g
16 火	ごはん	○	<ぎゅうにゅうD>	こめ			546 kcal
	まぜごはんのぐ		とりにく,ひじき	こんにゃく,さんおんとう,あぶら	にんじん,ごぼう,しいたけ,いんげん	みりん,さけ,しょうゆ,しお	20 g
	ちくわのゆかりあげ		ちくわ	こむぎこA,でんぷん,あぶら		ゆかり	16.7 g
	きつねうどん		あぶらあげ	さんおんとう,うどんA	たまねぎ,にんじん,しめじ,ねぎ	しょうゆ,みりん,さけ,しょうゆ,かつおぶし,こんぶだし	2 g
17 水	むぎごはん　**ハッピーにんじん**	○	<ぎゅうにゅうD>	こめ,むぎ			568 kcal
	こんさいカレー		ぶたにく	じゃがいも,あぶら	たまねぎ,ごぼう,れんこん,にんじん,しょうが,にんにく	カレールー,ケチャップ,ウスターソース,しょうゆ,りんごピューレ	18.6 g
	ブロッコリーのサラダ			やさいいっぱいドレッシング	ブロッコリー,キャベツ,にんじん,コーン	しお	17.5 g
							2.2 g
18 木	ごはん	○	<ぎゅうにゅうD>	こめ			573 kcal
	あじひらきのからあげ		まあじ	あぶら		しお	25.7 g
	みぞれあえ		ロースハム	さんおんとう	だいこん,ほうれんそう,はくさい,にんじん	す,しょうゆ,みりん,しお	18 g
	こうやどうふのうまに		とりにく,こうやどうふ	さといも,こんにゃく,さんおんとう,あぶら	ごぼう,,にんじん,いんげん,しいたけ	みりん,さけ,しょうゆ,かつおぶし	2 g
19 金	むぎごはん	○	<ぎゅうにゅうD>	こめ,むぎ			564 kcal
	ぶたキムチどんぶりのぐ		ぶたにく	ごまあぶら,ごま	たまねぎ,もやし,はくさい,はくさいキムチ	さけ,しお,こしょう,しょうゆ	24.7 g
	ぎょうざ		(ぶたにく)	(こむぎこA,でんぷん,さとう,ごまあぶら,あぶら)	(キャベツ,たまねぎ,はくさい,しょうが,にんにく)	(しお,ぎょかいエキス,しょうゆ)	18.4 g
	ちゅうかたまごスープ		ぶたにく,たまごC	ごまあぶら,でんぷん	たまねぎ,ちんげんさい,しめじ,コーン,クリームコーン	とりがら,しお,こしょう,しょうゆ	1.7 g

【加工食品に含まれるアレルギー物質となる特定原材料の使用状況】　＊該当食品の右横に表示　　A:小麦　B:そば　C:卵　D:乳・乳製品　E:落花生　F:えび、かに

※調味料及びコンタミ等に由来するものについてはこれまで通り表示していませんので、食物アレルギー等で詳しい資料が必要な方は学校へお申し出ください。

※コンタミとは、食品を製造する際に、原材料としては使用していないにも関わらず特定の原材料などが、製造過程の中で混入してしまう可能性があることです。

★しらす干しは、カニ、エビ、イカ等が混ざる漁法で採取されていますので混入の可能性があります。

給食の達人（たつじん）を目指そう！

あけましておめでとうございます。

今の学年やクラスで給食を食べるのもあとわずかです。

給食時間を気持ちよく過ごせるように、

今年の干支である「たつ（辰）」にちなみ、一人一人が給食の「たつ（達）」人を

目指してみませんか？

［　1がつこんだてよてい表　］

2024年 1月度　　2(小学校)

日	献立名	牛乳	赤の仲間・血や肉になる	黄の仲間・熱や力の元になる	緑の仲間・体の調子を整える	その他	エネルギー 蛋白質 脂質 しお相当量
22 月	ごはん	○	<ぎゅうにゅうD>	こめ			690 kcal
	とりにくのこうそうやき		とりにく	オリーブあぶら		さけ,シーズニングパウダー	25.9 g
	ポテトサラダ		チーズD	じゃがいも,たまごぬきマヨネーズ	きゅうり	りんごす,こしょう,しお	20.2 g
	ミネストローネ		ぶたにく	もちむぎ,さんおんとう,あぶら	にんにく,たまねぎ,にんじん,キャベツ,しめじ,パセリ,トマト	ケチャップ,しお,こしょう,ワイン,やさいブイヨン	1.2 g
23 火	ごはん	○	<ぎゅうにゅうD>	こめ			647 kcal
	かぼちゃさつまいもコロッケ		（ぶたにく,とうにゅう）	あぶら（さつまいも,ぱんこA,じゃがいも さとう）	（かぼちゃ,にんじん,ほうれんそう,たまねぎ）	（ワイン,しお,こしょう）	21.2 g
	みずなのナッツいりサラダ		ロースハム	やさいいっぱいドレッシング,アーモンド	キャベツ,きゅうり,にんじん,みずな	しお	22.8 g
	はくさいのクリームに		とりにく,ぎゅうにゅうD	じゃがいも,あぶら	にんじん,はくさい,たまねぎ,しめじ,えだまめ	ポタージュベース,しお,こしょう,ホワイトベース,ホワイトルー	1.6 g
24 水	ごはん　**給食が始まった頃の献立**	○	<ぎゅうにゅうD>	こめ			544 kcal
	さけのしおやき		さけ	**給食週間　1月24日～30日まで。**		しお	24.4 g
	たくあんあえ			ごま,さんおんとう	たくあん,にんじん,きゅうり,だいこん	しょうゆ,しお	16.0 g
	ぐだくさんみそしる		あつあげ,わかめ,みそ	さつまいも	はくさい,たまねぎ,こまつな	にぼしだし	2.9 g
25 木	ごはん　**ふるさと食材伊万里の日**	○	<ぎゅうにゅうD>	こめ			588 kcal
	とりのごまやき		とりにく	ごま,あぶら	にんにく,しょうが	さけ,しょうゆ	28.5 g
	おからにしめ　**郷土料理**		おから,ぶたにく,さつまあげ	さんおんとう,あぶら	はくさい,にんじん,しいたけ,ねぎ	みりん,しょうゆ	20.1 g
	かきたまじる		たまごC	ふA,でんぷん	にんじん,えのきたけ,たまねぎ,みずな	しお,しょうゆ,かつおぶし,こんぶだし	1.8 g
26 金	ごはん　**味めぐり給食（山形県）**	○	<ぎゅうにゅうD>	こめ			630 kcal
	とうふとだいずのフライ		（とうふ,だいず,イトヨリすりみ,あおさ）	あぶら（ぱんこA,さとう,こめこ,ごま）	（たまねぎ,しいたけ,にんじん）	（しお,かつおぶしエキス,しょうゆ）	22.4 g
	おみつけふう			ごま,さんおんとう	こまつな,キャベツ,だいこん,にんじん,しょうが	しょうゆ,しお	21.7 g
	いもに		ぎゅうにく	さといも,こんにゃく,あぶら,さんおんとう	にんじん,ごぼう,しめじ,ねぎ	さけ,みりん,しょうゆ,かつおぶし	1.6 g
29 月	むぎごはん	○	<ぎゅうにゅうD>	こめ,むぎ			578 kcal
	コーンチャーハンのく　**募集料理**		ウインナー	あぶら,ごまあぶら	にんじん,たまねぎ,コーン	しお,こしょう,やさいブイヨン	17.1 g
	ごぼうサラダ			ごまドレッシングC	ごぼう,にんじん,きゅうり	しお,こしょう	19.2 g
	ポタージュスープ		まめﾍﾞｰｽﾄ,とうにゅう	じゃがいも,あぶら	たまねぎ,にんじん,パセリ	やさいブイヨン,ポタージュベース,しお,こしょう	2 g
30 火	ごはん　**郷土料理**	○	<ぎゅうにゅうD>	こめ			635 kcal
	さばのみりんつけやき		さば	さんおんとう		ぎょしょう,しお,みりん しょうゆ	25.6 g
	はくさいのごまあえ			ごま,さんおんとう	はくさい,ほうれんそう,にんじん	しょうゆ,しお	26.7 g
	だごじる		とりにく,あぶらあげ,	しらたまこ,こむぎこA	にんじん,ごぼう,たまねぎ,ねぎ,しめじ	にぼしだし,しお,さけ,みりん しょうゆ	1.9 g
31 水	ごはん　**ハッピーにんじん**	○	<ぎゅうにゅうD>	こめ			634 kcal
	てりやきチキン		とりにく	さんおんとう	しょうが	しょうゆ,みりん,さけ	25 g
	ポテトのチーズに		ウィンナー,チーズD	じゃがいも,あぶら	にんじん,パセリ	やさいブイヨン,しお,こしょう	24.7 g
	パスタスープ		ベーコン	マカロニA	にんじん,ほうれんそう,たまねぎ,キャベツ	しお,やさいブイヨン,こしょう	1.5 g

1/24～1/30 全国学校給食週間 給食の歴史＆献立の変遷

学校給食の起源は、明治22（1889）年にさかのぼります。山形県の大督寺というお寺の中にあった小学校で、お弁当を持ってこられない子どもたちに、昼食を無償で提供したことが始まりとされています。その後、全国へと広がりましたが、戦争による食料不足などの影響で中断されてしまいました。

★昭和21（1946）年12月24日に物資の贈呈式が行われたことから、この日を「学校給食感謝の日」としましたが、冬休みと重なるため、昭和25（1950）年度からは１月24日～30日を「全国学校給食週間」とすることが定められました。