



| 日曜日 | こんだてめい | | | あかの食品 | きいろの食品 | みどりの食品 | *の印の配る数 |
|------|-----------------|------|---|--|-----------------------------------|--|-------------------|
| | しゅしょく | のみもの | おかず | からだをつくるもの | ねつや力になるもの | からだのちよしをとのえるもの | |
| 8 金 | わかめいり あおなごはん | 牛乳 | すまじる さけのマヨネーズやき だいこんとベーコンのきんぴら | ぎゅうにゅう さけ かまぼこ ベーコン とうふ | ごはん マヨネーズ あぶら | わかめ にんじん たまねぎ ほうれんそう きパブリカ えのき ★だいこん あかパブリカ | |
| 12 火 | そぼろどん | 牛乳 | みそしる(はくさい・たまねぎ・わかめ) トッピング(いんげん・たまご) | ぎゅうにゅう とりにく たまご みそ | ごはん あぶら さとう | ★はくさい たまねぎ わかめ いんげん にんじん ごぼう | |
| 13 水 | ごはん | 牛乳 | はるさめスープ マーボーどうふ みかん | ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ みそ | ごはん はるさめ ごまあぶら さんおんさとう あぶら | にんじん ほうれんそう もやし たまねぎ たけのこ なら みかん | |
| 14 木 | あげパン | 牛乳 | コーンポタージュスープ *ミートボール ブロッコリー&カリフラワー | ぎゅうにゅう ミートボール ベーコン | ごはん グラニューとう あぶら マヨネーズ マーガリン | たまねぎ にんじん ドライパセリ ブロッコリー カリフラワー | *1~3年 2こ 4年~3こ |
| 15 金 | しょうゆ ごはん | 牛乳 | とんじり のりごまチキン やさいのおかかあえ | ぎゅうにゅう のりごまチキン とうふ みそ ぶたにく | ごはん じゃがいも あぶら | にんじん ★だいこん ねぶかねぎ こんにやく ★はくさい もやし | |
| 18 月 | しょくパン いちごジャム | 牛乳 | ようふうかきたまスープ *ポイルウィンナー ペンのツナトマトソース | ぎゅうにゅう たまご ツナかん | パン ペンネ じゃがいも でんぷん さとう | たまねぎ にんじん グリーンピース トマトかん にんじん ほうれんそう | *2本 |
| 19 火 | ごはん | 牛乳 | のっぺいじる しろみざかなのフライ いそあえ | ぎゅうにゅう とうふ ちくわ しろみざかなのフライ | ごはん さといも あぶら | にんじん ★だいこん ねぶかねぎ もやし ほうれんそう のり | 特別日課 |
| 20 水 | ごはん | 牛乳 | ちゅうかコーンスープ ブルコギふういため | ぎゅうにゅう ぶたにく | ごはん あぶら さとう ごまあぶら | コーン ほししいたけ たまねぎ にんじん はねぎ ほうれんそう パブリカ | |
| 21 木 | ロールパン | 牛乳 | フワフワたまごスープ ハムカツ ポイルキャベツ | ぎゅうにゅう ハムカツ とりにく こなチーズ たまご | パン パンこ あぶら | たまねぎ にんじん ほうれんそう きやべつ にんじん | |
| 22 金 | ごはん ふりかけ | 牛乳 | かんとうふうおでん じゃがいものきんぴら | ぎゅうにゅう ちくわ ウィンナー ぶたにく さつまあげ うずらのたまご | ごはん じゃがいも あぶら さとう | ★だいこん にんじん こんにやく ほうれんそう こんぶ | |
| 25 月 | ピタパン | ジョア | ごもくスープ やきそば | ジョア ぶたにく とりにく いか | パン ちゅうかむしめん あぶら | きやべつ にんじん たけのこ たまねぎ ピーマン ねぎ もやし ほうれんそう ★だいこん | |
| 26 火 | ごはん | 牛乳 | さつまじる さわらのパーベキューソース ごまあえ | ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ みそ さわら | ごはん さつまいも さとう あぶら でんぷん | ★だいこん こんにやく にんじん ごぼう もやし ほうれんそう にんじん | 特別日課 |
| 27 水 | しょうゆ ごはん | 牛乳 | かきたまじる コロッケ もやしソテー | ぎゅうにゅう かまぼこ たまご ぶたにく | ごはん でんぷん あぶら コロッケ | にんじん ほうれんそう えのきだけ もやし ピーマン | |
| 28 木 | こくとうパン | 牛乳 | はくさいとさけのシチュー タンドリーチキン まめいりサラダ | ぎゅうにゅう とりにく さけ ミックスビーンズ バター ヨーグルト ハム | パン バター じゃがいも ドレッシング | ★はくさい たまねぎ にんじん ブロッコリー パブリカ きやべつ | |
| 29 金 | あしがら まさかりー | 牛乳 | きやべつとベーコンのかさねむし ヨーグルト | ぎゅうにゅう ぎゅうにく ベーコン ヨーグルト | ごはん じゃがいも あぶら マーガリン | たまねぎ にんじん ごぼう トマトかん きやべつ コーン | |

給食回数・・・15回

☆ 今月の平均栄養価はエネルギー:694 kcal、タンパク質:29.6g、脂質21.1g、塩分:2.8

☆ 今月の給食目標は「主食とおかずやスープを交互にとりながらおいしく食べましょう」です。

☆ ★は福沢地域の生産者の野菜です。

☆ メニューは都合により変更することがあります。

ぜん ぐ かつ こ う き ゅ う し ゅ く し ゅ う か ん

全国学校給食週間

1 月 24 日 ~ 30 日

明治22年、山形県の小学校で家が貧しくお弁当を持てない子どもたちへ昼食を出したのが、学校給食の始まりとされています。その後、学校給食の取り組みは全国へと広がりましたが、昭和16年に太平洋戦争が起り、徐々に食料不足となり実施することができなくなっていました。

戦後、子どもたちの栄養状態の悪化が心配されたことから、学校給食の必要性が叫ばれるようになり、アメリカの民間団体(ララ)から贈られた物資で給食を再開することになりました。昭和21年12月24日、東京、神奈川、千葉の3都県の学校で試験的に学校給食を再開することになり、給食用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、冬休みと重なるため、1か月後の1月24日~30日が「全国学校給食週間」となりました。

