

平成30年 1月の予定献立表

材料、その他の都合により献立を変更することがあります。
*アレルギー献立表もあわせてご覧ください。

(行事や本日の給食のテーマ)

カ
ミ
カ
ミ
献
立

欠食等を表示します

食品群	体内でのほたらき
赤の食	血や肉、骨をつくる
黄の食	働く力や体温となる
緑の食	体の調子をとのえ

西原町学校給食共同調理場
電話番号 945-4935

<給食目標> (小・中) ○給食について考えよう
<栄養目標> (小・中) ◎郷土の食文化を知ろう

※カミカミ献立…噛み応えのあるメニューが入っていますよく噛んで食べよう!

今年のご挨拶		今年のご挨拶				今年のご挨拶	
こんだて	あけまして おめでとうございます。調理場職員一同、今年も安全で美味しい給食づくりに励みたいと思いますので、よろしくお願いたします。さて、みなさんは冬休みはどのように過ごしましたか？楽しいイベント続きで食生活のリズムが崩れていませんか。沖縄も寒さが厳しくなっていますので、規則正しい食事・すい眠、そして寒さに負けず外で体を動かして、元気に過ごせるようにしましょう。かぜ等の感染症を予防するためにも、しっかりと手洗い・うがいも忘れずに行いましょうね！	<h2>今年のご挨拶</h2> <p>あけまして おめでとうございます。調理場職員一同、今年も安全で美味しい給食づくりに励みたいと思いますので、よろしくお願いたします。さて、みなさんは冬休みはどのように過ごしましたか？楽しいイベント続きで食生活のリズムが崩れていませんか。沖縄も寒さが厳しくなっていますので、規則正しい食事・すい眠、そして寒さに負けず外で体を動かして、元気に過ごせるようにしましょう。かぜ等の感染症を予防するためにも、しっかりと手洗い・うがいも忘れずに行いましょうね！</p>				<p>5(金)</p> <p>ブルーベリーゼリー</p> <p>牛乳、ベーコン、鶏がら、牛肉、豚肉、豚レバー、大豆。</p> <p>米、麦、じゃがいも、大豆油、ブルーベリーゼリー</p> <p>人参、玉ねぎ、小松菜、えのき、切干大根、かぼちゃ、ピーマン</p>	
あかきみどり		<p>9(火)</p> <p>れんこんつくね</p> <p>牛乳、鮭、かつお節、みそ、ひじき、ツナ、チキアギ、うす揚げ、大豆、つくね</p> <p>米、麦、じゃがいも、三温糖、大豆油、ミルク</p> <p>人参、大根、白菜、こんにやく、長ねぎ、もやし、小松菜</p>	<p>10(水)</p> <p>ナッツごぼう</p> <p>牛乳、ゆし豆腐、かつお節、豚肉、チキアギ</p> <p>米、麦、大豆油、三温糖、水あめ、アーモンド、でん粉</p> <p>人参、大根、からし菜、こんにやく、山東菜、ごぼう</p>	<p>11(水)</p> <p>さかなのさいきょうやき</p> <p>牛乳、鶏肉、なると、削り節、昆布、みそ、シルバー</p> <p>米、麦、三温糖、煮込みもち</p> <p>人参、小松菜、しいたけ、黄ピーマン、白菜、きゅうり、大根、赤ピーマン</p>	<p>12(金)</p> <p>コブサラダ</p> <p>牛乳、ベーコン、白花豆、レド'ホ'ニ、鶏がらあさり、脱脂粉乳、マ'ファット'ピ'ス、ヒヨコ豆</p> <p>赤いもパン、じゃがいも、小麦粉、マーガリン、アーモンド</p> <p>玉葱、人参、セロリ、マツルム、きゅうり、ブロッコリー、コーン</p>		
こんだて		<p>15(月)</p> <p>なっとう</p> <p>牛乳、鶏肉、厚揚げ、ちくわ、こつぶがんと、削り節、チリメン、昆布、納豆</p> <p>米、三温糖、じゃがいも</p> <p>大根、人参、こんにやく、きゅうり、小松菜、もやし、白菜</p>	<p>16(火)</p> <p>りんご</p> <p>牛乳、鶏肉、うす揚げ、豚肉、削り節、みそ</p> <p>米、麦、三温糖、じゃが芋、ゴマ油、でん粉、大豆油</p> <p>ごぼう、大根、人参、コンヤ、椎茸、玉ねぎ、黄ピーマン、コンクの芽、にら、りんご</p>	<p>17(火)</p> <p>さかなのケチャップあんかけ</p> <p>牛乳、鶏がら、ささみ、ほき、あらびきつくね、わかめ</p> <p>米、麦、春雨、三温糖、小麦粉、でん粉、大豆油、ごま、ごま油、ラー油</p> <p>人参、白菜、にら、コーン、長ネギ、しめじ、小松菜、大根、もやし</p>	<p>18(木)</p> <p>ミックスマツ</p> <p>牛乳、鶏肉、ウイナー、チーズ、ひじき、ツナ</p> <p>スパゲティ、三温糖、大豆油、オリーブ油、焼きじゃがバター、ミックスマツ</p> <p>人参、玉ねぎ、ピーマン、マツルム、小松菜、きゅうり、ごぼう</p>	<p>19(金)</p> <p>ししゃもフライ</p> <p>牛乳、鶏肉、豆腐、卵、ひじき、削り節、鶏がら、ししゃもフライ</p> <p>米、麦、三温糖、大豆油</p> <p>人参、ねぎ、大根、えのき、玉葱、しめじ、生姜、小松菜</p>	
あかきみどり		<p>22(月)</p> <p>キャンディーチーズ</p> <p>牛乳、鶏肉、豆腐、ベーコン、ツナ、卵、鶏がら、ひよこ豆、ハンバーグ、チーズ</p> <p>食パン、三温糖、大豆油、じゃが芋、でん粉</p> <p>玉葱、人参、ブロッコリー、カワナセロリ、小松菜</p>	<p>23(火)</p> <p>フルーツシークアサー</p> <p>牛乳、牛肉、わかめ、とうふ、削り節、タコ</p> <p>米、麦、三温糖、大豆油</p> <p>椎茸、白菜、小松菜、大根、もやし、人参、コンヤ、長ねぎ、えのき、コーン</p>	<p>24(水)</p> <p>ムーチャー</p> <p>牛乳、豚肉、豚レバー、削り節、みそ、昆布、かまぼこ</p> <p>米、じゃが芋、三温糖、大豆油、ムーチャー</p> <p>人参、島人参、大根、コンク菜、コンヤ、切干大根、ピツリジヤホ'いんげん</p>	<p>25(木)</p> <p>カップもずく</p> <p>牛乳、豚肉、豆腐、カップもずく、削り節、脱脂粉乳</p> <p>米、麦、紅いも、田芋、三温糖、でん粉、マーガリン、グラニュー糖、水あめ、大豆油</p> <p>大根、人参、小松菜、生姜、椎茸</p>	<p>26(金)</p> <p>ちんすこう</p> <p>牛乳、豚肉、なにかみ、かまぼこ、豚がら、削り節、ツナ、みそ、しいら、卵</p> <p>シマナーそば、大豆油、三温糖、アーモンド、ピーナツバター、小麦粉、ちんすこう</p> <p>ねぎ、椎茸、こんにやく、生姜、小松菜、大根、もやし、人参</p>	
こんだて		<p>29(月)</p> <p>フーチパーイリチキアギ</p> <p>牛乳、かまぼこ、みそ、ツナ、豚肉、豚がら、削り節、麩、チキアギ</p> <p>米、黒米、大豆油、ねりごま</p> <p>こんにやく、人参、ねぎ、もやし、椎茸、からし菜、キャベツ</p>	<p>30(火)</p> <p>たんかん</p> <p>牛乳、ポール天、厚揚げ、昆布、削り節、豚肉、みそ、ツナ、糸削り</p> <p>米、もちきび、三温糖、ごま</p> <p>大根、人参、こんにやく、もやし、胡瓜、ほうれん草、コーン、たんかん</p>	<p>31(火)</p> <p>きびなごのなんばんづけ</p> <p>牛乳、かまぼこ、わかめ、削り節、豚肉、鶏がら、みそ、きびなご</p> <p>米、麦、大豆油、小麦粉、でん粉、三温糖、ごま、ごま油</p> <p>キャベツ、椎茸、えのき、長ねぎ、コーン、赤ピーマン、人参、玉葱、コンクの芽、竹の子</p>	<p>1月24日～30日は学校給食週間です</p> <p>西原給食センターでは学校給食の意義や役割について関心を持ってもらうために、「ムーチャー」等の行事食や郷土料理の提供、また、町の特産品である「からし菜」、そして多くの県産食材を使う予定です。ぜひこの期間は、毎日何気なく食べている学校給食について考える機会としてほしいです。</p>		
あかきみどり		<p>☆学校給食費は、毎月10日までに納めましょう。給食費の納入はお済ですか？給食費の完納にご協力ください。</p>					

