



令和8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。

※アレルギー詳細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)	
欠食等を表示します	
食品	体内でのたらき
あか	血や肉、骨をつくる
き	働く力や体温となる
みどり	体の調子を整える

西原町学校給食共同調理場

TEL: 945-4935



<給食目標> 納得について考えよう

<栄養目標> 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!



あなたのお好きな給食は?

小学6年生と中学3年生に、もう一度食べたい、思い出に残っている給食のアンケートを取りました♪1~3月に登場しますので、楽しみにしていてください。



★マークが
リクエスト
給食です!

【おかず部門】

- 1位:あげパン (110票)
- 2位:沖縄そば (76票)
- 3位:カレー (49票)
- 4位:タコライス (41票)
- 5位:ラーメン (26票)

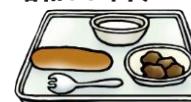
上位には入らなかったけど、他にもたくさんのおかずやデザートの名前があがっていました!いろんな料理をもう一度食べたい!と思ってもらえてうれしいです♪

【デザート部門】

- 1位:ケーキ (123票)
- 2位:アイス (113票)
- 3位:フルーツポンチ (70票)
- 4位:タルト (42票)
- 5位:ゼリー (11票)

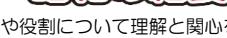
全国学校週間とは、学校の意義や役割について理解と関心を高め、学校のより一層の充実と発展を図ることを目的に行われています。全国各地で学校給食に関するさまざまな行事が企画されています。ここでは昔なつかしい昭和の給食メニューを紹介します。

昭和30年代



パンが主食で、脱脂粉乳をお湯に溶いて作るミルクとおかず一品とパンに合わせた洋風メニューがよく出ました。飲み物も牛乳に変わり、学校給食用の個包装チーズも作られ、乳製品が家庭に普及するきっかけになりました。

昭和の給食



昭和40年代



パンに合わせた洋風メニューがよく出ました。飲み物も牛乳に変わり、学校給食用の個包装チーズも作られ、乳製品が家庭に普及するきっかけになりました。

昭和50年代

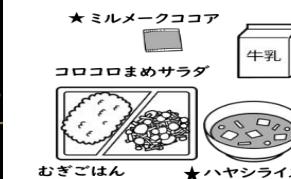


米飯給食が始まりました。カレーライスが食べられるようになりました。肉じゃがなどの和食も出るようになりました。内容がとても豊かになりました。

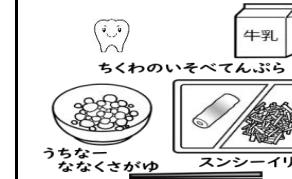
西原町産、沖縄県産の島野菜が多く出回る時期! 給食にも使っていくので、何が入っているか見てみよう♪



6(火) 新年のはじまり



7(水) 七草がゆって何?



8(木)



9(金) 鏡開き(1/11)



12(月) 成人の日



13(火) 手を洗ってから食事



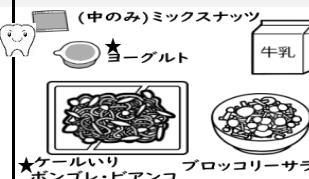
14(水) 寒くなっても牛乳



15(木) 琉球料理の日



16(金) ケールについて



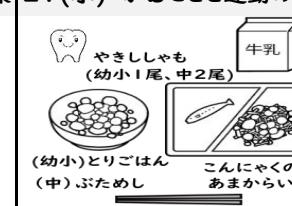
19(月) 体をあたためる食事



20(火) 色の濃い野菜と淡い野菜



21(水) かむことと運動の関係



22(木) カレーの日



23(金) 協力して楽しい給食時間



牛乳、油あげ、みそ、ぶたにく

牛乳、とりにく、脱脂粉乳、白いんげん豆

牛乳、ぶたにく、油あげ、とりにく、チキアギ、子もちしゃも

牛乳、ぶたにく、ぎゅうにく、豚レバー、大豆、白いんげん豆

牛乳、とうふ、ぶたにく、大豆、豚レバー、みそ、ハム、たまご

こめ、麦、じゃがいも、さつまいも、大豆油、三温糖、でんぶん

全粒粉パン、じゃがいも、小麦粉、マーガリン、生クリム、大豆油、卵なしヨーグルト、三温糖、ジャム

こめ、大豆油、三温糖、ごま

こめ、黒糖、じゃがいも、小麦粉、マーガリン、大豆油、アーモンド、卵なしヨーグルト、三温糖

こめ、きび、三温糖、でんぶん、ごま油、大豆油、はるさめ、ごま

だいこん、はくさい、れんこん、長ねぎ、玉ねぎ、にんじん、こんにゃく、こまつな、しょうが、パナナ

はくさい、にんじん、玉ねぎ、ブロッコリー、マッシュルーム、ウツバクパウダー、にんにく、だいこん、きゅうり、パプリカ、あお豆、コーン、シーグーワー果汁

にんじん、あお豆、しいたけ、こんにゃく、玉ねぎ、ビーマン、ショウガ、にんにく

玉ねぎ、にんじん、ビーマン、ウツバクパウダー、にんにく、ごぼう、きゅうり、コーン

しょうが、にんにく、ウツバクパウダー、だいこん、にんじん、玉ねぎ、たけのこ、長ねぎ、きゅうり、シーグーワー果汁

小学校 E 635 P 20.8 F 18.8

中学校 E 685 P 25.3 F 29.3

E 464 P 18.7 F 14.2

E 781 P 24 F 33.4

E 601 P 24.1 F 18.3

牛乳、アーサー、とうふ、ぶたにく、あつあげ、チキアギ

牛乳、ぶたにく、こんぶ、たまご、ツナ、チキアギ

牛乳、ぶたにく、かまぼこ、油あげ、みそ、ツナ

牛乳、ぶたにく、ミミガー、わかめ、みそ

牛乳、わかめ、牛肉、こんぶ、とうふ、白いんげん豆

こめ、大豆油、カーサムーチー

こめ、大豆油、ビーナッツ豆腐

こめ、きび、ごま、三温糖

沖縄そば、三温糖、黒糖アガラサー

こめ、大豆油、べにいも、三温糖、水あめ

どうがん、ねぎ、しょうが、キャベツ、玉ねぎ、にんじん

だいこん、こまつな、にんじん、ににく、しょうが、玉ねぎ、にら

こんにゃく、しいたけ、もやし、にんじん、きゅうり、だいこん

キャベツ、にんじん、もやし、玉ねぎ、にら、しょうが、ににく、きゅうり、だいこん、こまつな、シーグーワー果汁

島にんじん、金美にんじん、にんじん、だいこん、こまつな、ににく、しょうが、たんかん

小学校 E 755 P 24.5 F 21.3

中学校 E 780 P 28.7 F 33.2

E 710 P 28.4 F 27.7

E 940 P 28.4 F 38.8

E 727 P 28.5 F 20.5

26(月) 今日から給食週間

27(火) 島野菜のひみつ

28(水) 沖縄の食材、食文化

29(木) □「沖ツラ」

30(金) ウムニーって何?

牛乳、アーサー、とうふ、ぶたにく、あつあげ、チキアギ

牛乳、ぶたにく、こんぶ、たまご、ツナ、チキアギ

牛乳、ぶたにく、かまぼこ、油あげ、みそ、ツナ

牛乳、ぶたにく、ミミガー、わかめ、みそ

牛乳、わかめ、牛肉、こんぶ、とうふ、白いんげん豆

こめ、大豆油、カーサムーチー

こめ、大豆油、ビーナッツ豆腐

こめ、きび、ごま、三温糖

沖縄そば、三温糖、黒糖アガラサー

こめ、大豆油、べにいも、三温糖、水あめ

どうがん、ねぎ、しょうが、キャベツ、玉ねぎ、にんじん

だいこん、こまつな、にんじん、ににく、しょうが、玉ねぎ、にら

こんにゃく、しいたけ、もやし、にんじん、きゅうり、だいこん

キャベツ、にんじん、もやし、玉ねぎ、にら、しょうが、ににく、きゅうり、だいこん、こまつな、シーグーワー果汁

島にんじん、金美にんじん、にんじん、だいこん、こまつな、ににく、しょうが、たんかん

小学校 E 682 P 19.1 F 14.7

中学校 E 678 P 22.6 F 27.6

E 669 P 28.7 F 25.2

E 661 P 28.6 F 18.4

E 552 P 17 F 11.6

牛乳、アーサー、とうふ、ぶたにく、あつあげ、チキアギ

牛乳、ぶたにく、こんぶ、たまご、ツナ、チキアギ

牛乳、ぶたにく、かまぼこ、油あげ、みそ、ツナ

牛乳、ぶたにく、ミミガー、わかめ、みそ

牛乳、わかめ、牛肉、こんぶ、とうふ、白いんげん豆

牛乳、アーサー、とうふ、ぶたにく、あつあげ、チキアギ

牛乳、ぶたにく、こんぶ、たまご、ツナ、チキアギ

牛乳、ぶたにく、かまぼこ、油あげ、みそ、ツナ

牛乳、ぶたにく、ミミガー、わかめ、みそ

牛乳、わかめ、牛肉、こんぶ、とうふ、白いんげん豆

牛乳、アーサー、とうふ、ぶたにく、あつあげ、チキアギ

牛乳、ぶたにく、こんぶ、たまご、ツナ、チキアギ

牛乳、ぶたにく、かまぼこ、油あげ、みそ、ツナ

牛乳、ぶたにく、ミミガー、わかめ、みそ

牛乳、わかめ、牛肉、こんぶ、とうふ、白いんげん豆

★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。