

日 曜 日	こんだてめい		おもなざいりょうとはたらき				
	しゅしょく	ふくしょく	体をつくるもと	体のちょうしをととのえるもと	エネルギーのもと		
			しつ たんぱく質	むきしつ 無機質	ビタミン	たんすいかぶつ 炭水化物	しつ 脂質
8 木		オムレツ チキンカレー フルーツのヨーグルトあえ	卵 とり肉	ズミル ヨーグルト チーズ	にんじん	玉ねぎ 枝豆 もも パイン みかん	じゃがいも ゼリー でん粉 油
9 金		まつかぜやき そうに風すまし汁 肉じゃが いよかんゼリー	とり肉 みそ ぶた肉 なると		にんじん こまつな	たいこん しいたけ ねぎ 玉ねぎ 枝豆	じゃがいも 砂糖 ゼリー パン粉 油 ごま
13 火		肉だんごてりやきソース ボトフ ひじきのマリネ	とり肉 ぶた肉 ワインハム	ひじき チーズ	にんじん パセリ パプリカ	キャベツ 玉ねぎ セロリ キュウリ レモン汁	じゃがいも 砂糖 油
14 水	ぶりかけ	ハンバーグおろしソース かぶのみそ汁 ちぐさ和え	とり肉 ぶた肉 とうふ みそ 油揚げ		かぶ葉 にんじん ほうれんそう	たいこん レモン汁 玉ねぎ かぶ もやし キャベツ	砂糖 でん粉 ごま ごま油
15 木		さばのおかかに おすいもの れんこんのきんぴら	★かみかみ献立★ よくかんで食べよう さば かつお節 とうふ とり肉 かまぼこ		みつば にんじん	しいたけ れんこん 枝豆	砂糖 ごま ごま油
16 金		ぎょうざ マー婆ードウフ いよかん	とり肉 ぶた肉 とうふ 大豆 みそ 大豆粉		にんじん にら	玉ねぎ ねぎ しいたけ キャベツ いよかん	砂糖 でん粉 小麦粉 もち米粉 ごま油
19 月		ぶた肉のしょうがやき どさんこ汁 キャベツサラダ（ドレッシング）	ぶた肉 とうふ みそ ツナ		にんじん ブロッコリー	りんご 玉ねぎ キャベツ コーン しょうが	でん粉 じゃがいも バター油 ドレッシング
20 火	ちゅうかめん	春巻き しょうゆラーメンスープ 中華サラダ	ぶた肉 チャーシュー なると		にんじん	玉ねぎ キャベツ もやし ねぎ きゅうり きくらげ しいたけ	中華麺 でん粉 小麦粉 春雨 マロニー 米粉 砂糖 小麦粉 油 ごま ごま油
21 水		とり肉のネギ塩だれ焼き とん汁 のりマヨサラダ	とり肉 ぶた肉 とうふ みそ	のり	にんじん こまつな ほうれんそう	ねぎ たいこん キャベツ れんこん ごぼう	砂糖 ごま ドレッシング
22 木		あじの揚げ煮 中華風コーンスープ チンジャオロースト	★かみかみ献立★ よくかんで食べよう あじ とうふ ぶた肉 豆乳	ピーマン	玉ねぎ コーン たけのこ	でん粉 砂糖	ごま油 油
23 金		チキンナゲット ハヤシレー グリーンサラダ（ドレッシング）	とり肉 ぶた肉 おから	ズミル	にんじん ブロッコリー	玉ねぎ マッシュルーム グリンピース キャベツ	じゃがいも 砂糖 パン粉 でん粉 小麦粉 油 生クリーム ドレッシング

★全国学校給食週間★（24日～30日）人気のある献立や、世界の料理、昔の献立を再現したメニューが登場します。

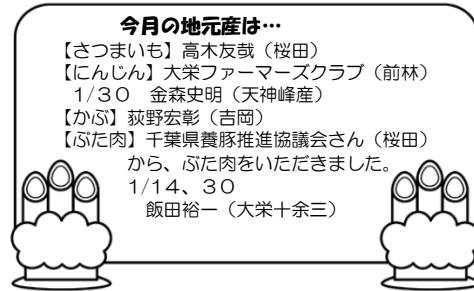
26 月		手作りヒレカツ（ソース） とうふと玉ねぎのみそ汁 キャベツのおかかあえ ソフール元気ヨーグルト	とうふ 油揚げ みそ かつお節 ぶた肉	ヨーグルト	にんじん こまつな	玉ねぎ ねぎ キャベツ	小麦粉 パン粉	油 ごま ごま油
27 火		カレーミート ABCスープ ポテトサラダ	ぶた肉 とり肉 大豆 ウインナー	粉チーズ	にんじん ピーマン パセリ	玉ねぎ キャベツ マッシュルーム 枝豆	小麦粉 マカロニ じゃがいも	油 ドレッシング マヨネーズ
28 水		さけの塩焼き すいとん そくせきづけ 給食週間ミルクプリン	さけ とり肉 なると かつお節		にんじん こまつな	たいこん しいたけ はくさい キャベツ つぼ漬け	すいとん プリン	ごま
29 木		ブルコギ ワンタンスープ チョレギサラダ	牛肉 ぶた肉 とり肉	わかめ のり	にんじん にら	玉ねぎ ねぎ キャベツ キュウリ しめじ	砂糖 ワンタン	ごま ごま油 ドレッシング
30 金		いわし揚げ玉フライ（ソース） 大栄みそ汁 こまつなと和風サラダ	いわし ぶた肉 油揚げ みそ	のり	にんじん こまつな	玉ねぎ ねぎ えのきだけ	さつまいも 砂糖 パン粉 小麦粉	油

★献立は食材購入の都合により、変更となる場合があります。

せん こく がっ こう きゅう しょく かん
全国学校給食週間

今月の地元産は…

【さつまいも】高木友哉（桜田）
 【にんじん】大栄ファーマーズクラブ（前林）
 1/30 金森史明（天神峰産）
 【かぶ】萩野宏彰（吉岡）
 【ぶた肉】千葉県養豚推進協議会さん（桜田）
 から、ぶた肉をいただきました。
 1/14、30 飯田裕一（大栄十余三）



1月24日～30日までは、「全国学校給食週間」です。この期間には、学校給食の歴史や給食の役割、食文化について知るなど様々な取組が行われています。食べ物や作る人の思いに感謝し、食べることの大切さについて考える機会としています。