

2019

1月給食もいっつけ表



今月のめあて 感謝して食べよう -全国学校給食週間-

中津川市坂下学校給食共同調理場 TEL 75-2275

月	火	水	木	金
<p>1月24日~30日は全国学校給食週間です。 戦後、ユニセフの救援物資（ララ物資）で休止していた給食が再開しました。 この日を記念して、1月24日から1週間を『全国学校給食週間』としています。</p> <p>郷土料理や正月料理、姉妹都市のあるブラジルの料理、三重県伊勢市とのコラボ給食が登場します。 *献立は23~29日が全国学校給食週間特別メニューです。</p>	<p>8日</p> <p>グミ</p> <p>おひたし</p> <p>豚肉と高野豆腐の揚げ煮</p> <p>麦ご飯</p> <p>なめこ汁</p> <p>エネルギー 642 kcal たんぱく質 25.3 g 脂質 17.4 g 食塩 2.8 g</p>	<p>9日</p> <p>小松菜の磯和え</p> <p>鮭の塩焼き</p> <p>麦ご飯</p> <p>関東煮</p> <p>エネルギー 626 kcal たんぱく質 31.9 g 脂質 18.9 g 食塩 3.3 g</p>	<p>10日</p> <p>ミルクプリン</p> <p>カリカリれんこん</p> <p>肉じゃが</p> <p>麦ご飯</p> <p>吉野汁</p> <p>エネルギー 766 kcal たんぱく質 26.9 g 脂質 20.1 g 食塩 2.7 g</p>	<p>11日</p> <p>イタリアンサラダ</p> <p>ハンバーグ(ケチャップ)</p> <p>ブルーベリージャム</p> <p>食パン</p> <p>オニオンスープ</p> <p>エネルギー 665 kcal たんぱく質 26.2 g 脂質 23.5 g 食塩 3.3 g</p>
<p>14日</p> <p>成人式</p> <p>せいじん ひ 成人の日</p>	<p>15日</p> <p>ほうれん草サラダ</p> <p>ふりふりポテト</p> <p>冬のクリームスパゲティ</p> <p>エネルギー 608 kcal たんぱく質 26.1 g 脂質 20.6 g 食塩 1.2 g</p>	<p>16日</p> <p>みかんゼリー</p> <p>小松菜のごま和え</p> <p>豚肉の生姜炒め</p> <p>麦ご飯</p> <p>すまし汁</p> <p>エネルギー 600 kcal たんぱく質 27.0 g 脂質 12.6 g 食塩 2.4 g</p>	<p>17日</p> <p>りんご</p> <p>筑前煮</p> <p>わかさぎの唐揚げ</p> <p>手巻き海苔</p> <p>ふるふるおにぎり</p> <p>玉ねぎのみそ汁</p> <p>エネルギー 600 kcal たんぱく質 25.9 g 脂質 16.9 g 食塩 2.7 g</p>	<p>18日</p> <p>海藻サラダ</p> <p>マカロニグラタン</p> <p>黒コッパン</p> <p>コーンスープ</p> <p>エネルギー 677 kcal たんぱく質 26.7 g 脂質 20.3 g 食塩 3.3 g</p>
<p>21日</p> <p>ほうれん草のおかか和え</p> <p>鶏肉の唐揚げ</p> <p>麦ご飯</p> <p>おぼろ汁</p> <p>エネルギー 604 kcal たんぱく質 23.8 g 脂質 21.2 g 食塩 2.3 g</p>	<p>22日</p> <p>チーズ</p> <p>大根のナムル</p> <p>揚げぎょうざ</p> <p>五目ラーメン</p> <p>エネルギー 682 kcal たんぱく質 27.6 g 脂質 25.9 g 食塩 3.5 g</p>	<p>23日</p> <p>伊勢市とのコラボ給食</p> <p>ふれあい給食交流会</p> <p>みかん</p> <p>あいませ</p> <p>さばの煮付け</p> <p>麦ご飯</p> <p>大根のみそ汁</p> <p>エネルギー 705 kcal たんぱく質 30.5 g 脂質 20.3 g 食塩 3.3 g</p>	<p>24日</p> <p>正月・郷土料理</p> <p>ふれあい給食交流会</p> <p>黒豆</p> <p>ぶりの照り焼き</p> <p>麦ご飯</p> <p>大根菜</p> <p>エネルギー 672 kcal たんぱく質 28.1 g 脂質 20.0 g 食塩 2.1 g</p>	<p>25日</p> <p>人気メニュー</p> <p>大根サラダ</p> <p>揚げパン</p> <p>ポトフ</p> <p>エネルギー 699 kcal たんぱく質 24.7 g 脂質 27.7 g 食塩 3.0 g</p>
<p>28日</p> <p>ブラジル料理</p> <p>ミルメーク</p> <p>人参サラダ</p> <p>野菜チップス</p> <p>ピカジーニョ</p> <p>エネルギー 697 kcal たんぱく質 21.3 g 脂質 21.8 g 食塩 1.6 g</p>	<p>29日</p> <p>正月・郷土料理</p> <p>こぎな小魚</p> <p>紅白なます</p> <p>里いもぼっち</p> <p>はな花かつお</p> <p>きしめん</p> <p>エネルギー 655 kcal たんぱく質 26.0 g 脂質 15.3 g 食塩 3.5 g</p>	<p>30日</p> <p>中華サラダ</p> <p>しゅうまい</p> <p>中華飯</p> <p>エネルギー 626 kcal たんぱく質 25.9 g 脂質 17.2 g 食塩 3.1 g</p>	<p>31日</p> <p>坂下高校とのコラボ給食</p> <p>小松菜のおひたし</p> <p>鶏肉と野菜の甘酢あんかけ</p> <p>大豆ご飯</p> <p>すまし汁</p> <p>エネルギー 638 kcal たんぱく質 28.4 g 脂質 19.1 g 食塩 3.5 g</p>	<p>全国学校給食週間中のメニュー</p> <p>里いもぼっち ぶりの照り焼き 大根菜 黒豆 紅白なます あいませ*1 ピカジーニョ*2</p> <p>*1 ひとつひとつの食材に味をつけたものを混ぜたもの。三重県の郷土料理です。 *2 ピカジーニョとは、ひき肉をにんにく、玉ねぎ、トマトとともに炒め、煮込んだもの。ご飯にかけて食べます。</p>

○ 学校行事や材料の都合で献立内容を変更することがあります。

○ 栄養価は小学校中学年の値です。

○ 学校給食は「学校給食地産地消推進事業」により、県、市町村、JAグループの一部助成を受けています。