

幼稚園	小学校	中学校	
豊見城幼 とよみ幼 長嶺幼 座安幼 上田幼 伊良波幼 豊崎幼 ゆたか幼	94人 84人 72人 88人 119人 105人 92人 144人	豊見城小 とよみ小 長嶺小 座安小 上田小 伊良波小 豊崎小 ゆたか小	551人 736人 603人 438人 728人 680人 869人 564人
合計			8322人

学校給食の栄養基準量	学校	エネルギー	たんぱく質	脂肪
小学校	640kcal	24g	20.3g	
中学校	820kcal	30g	29.6g	

# 平成27年度 豊見城市立学校給食センター ☎850-4585

# 1月の予定献立表



材料与体内ではたらき	
赤の食品	血や肉や骨をつくる。
黄の食品	働く力や体温となる。
緑の食品	からだの調子をととのえる。

★給食費は納め忘れのない口座振替をおすすめします★

## あけましておめでとございませう

新しい年が始まりました。今年はどんな年にしようかな、どんなことに挑戦しようかな、と1年間充実させるために自分なりの目標を立ててみてはいかがでしょうか。今年も安全でおいしい給食作りを目標に豊見城学校給食センター一同、給食作りに励んでいきたいと思ひます。今年もよろしくお願ひいたします。



## 学校給食週間 全国学校給食週間 1/24~1/30

学校給食は明治時代、山形県鶴岡市で昼食を持参できない子どもたちに、おにぎりや漬物を用意したのが始まりです。その後、徐々に全国に広まった給食も、第二次世界大戦で中断されました。戦後、ユニセフの救援物資などでパンと脱脂粉乳の給食が開始され、栄養不足の子どもたちを救ったのです。これを記念して設けられたのが学校給食週間。今は豊かになった日本ですが、当時を振り返り食べ物に感謝したり、食生活を見つめ直す1週間です。

食べ物に感謝しなさい



## 1月 栄養指導目標

### 病気に負けない体をつくる

- ◎体の調子をよくする働きがあるビタミンについて知る。
- ◎野菜、果物をたくさん食べよう。
- ◎色の濃い野菜…にんじん、ピーマン、かぼちゃ、ほうれん草、パセリ
- ◎色の薄い野菜…白菜、大根、きゅうり、たまねぎ、きゃべつ



日	献立	材料
1月 6日 水	小松菜のアーモンド和え、ハヤシライス、ごはん	小松菜、アーモンド、牛乳、鶏肉、豚肉、大豆、小麦粉
1月 7日 木	しゅうまい、ポロポロジュシー、ごま和え	豚肉、鶏肉、小麦粉、大豆、ごま油
1月 8日 金	さんまゆず味噌煮、親子どん(具)、ごはん	さんま、鶏肉、大豆、卵、小麦粉
1月 11日 月 成人の日	揚げパン、コッパパン	小麦粉、揚げ油、卵
1月 12日 火	フルーツシーワーカー、和風ドレッシング、カレーうどん、温サラダ	フルーツ、小麦粉、鶏肉、豚肉、大豆、牛乳
1月 13日 水	ミニトマト、ひじきの佃煮、鶏肉のしらたき炒め、ごはん	ミニトマト、ひじき、鶏肉、大豆
1月 14日 木	白菜サラダ、コッパパン、クリームシチュー	白菜、小麦粉、鶏肉、大豆、牛乳
1月 15日 金	ジャーマンポテト、春雨スープ、ごはん	ジャガイモ、小麦粉、豚肉、大豆
1月 18日 月	ほうれん草ソテー、揚げパン、コッパパン、ミネストローネ	ほうれん草、小麦粉、揚げ油、卵、鶏肉、豚肉、大豆
1月 19日 火	野菜コロ天、肉じゃが、ごはん	野菜、小麦粉、鶏肉、豚肉、大豆
1月 20日 水	ミニトマト、和風スパゲティ、フルーツ和え	ミニトマト、小麦粉、鶏肉、豚肉、大豆
1月 21日 木	豆腐チャンプルー、みそ汁、わかめごはん	豆腐、小麦粉、鶏肉、大豆、わかめ
1月 22日 金	きゅうりの梅和え、チキンカレー、麦ごはん	きゅうり、小麦粉、鶏肉、大豆、牛乳
1月 25日 月 学校給食週間	デークニウプサー、アーサー汁、ごはん	小麦粉、鶏肉、大豆、牛乳
1月 26日 火	にんじんシリシリ、なかみ汁、ごはん	にんじん、小麦粉、鶏肉、大豆、牛乳
1月 27日 水	ひじきジュシー、ひじきごはん、ミヌダル	ひじき、小麦粉、鶏肉、大豆、牛乳
1月 28日 木	ぬんくーぐわー、イナムルチ、ごはん	小麦粉、鶏肉、大豆、牛乳
1月 29日 金	ぜんざい、ミニトマト、からし菜炒め	小麦粉、鶏肉、大豆、牛乳

★学校給食は皆さまの納める給食費からつくられます。毎月10日までに納めましょう★

☆材料、天候、その他の都合により献立変更する場合があります☆

