

学校給食献立表(南部学校給食センターB) 令和4年度1月分(1/11~1/31) 姫路市教育委員会

		1月11日(水)	1月12日(木)	1月13日(金)	1月16日(月)	1月17日(火)
献立	献立	ご飯 牛乳 みそ雑煮 じゃこ豆 筑前煮	ご飯 牛乳 けんちんうどん さわらの幽庵がけ れんこんとツナのサラダ	パン 牛乳 野菜シチュー ウインナーの香り揚げ キャベツとハムのソテー	ご飯 牛乳 にらたまスープ いわしフライ チャプチェ	ご飯 一ひょうご安全の日献立 牛乳 みそ汁 高野豆腐の揚げ煮 切り干し大根のごま和え
	献立	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> もち <input type="checkbox"/> だいこん <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> 油揚げ <input type="checkbox"/> かまぼこ <input type="checkbox"/> 葉ねぎ <input type="checkbox"/> みそ 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> うどん <input type="checkbox"/> 豚肉 <input type="checkbox"/> 油揚げ <input type="checkbox"/> だいこん <input type="checkbox"/> さといも <input type="checkbox"/> ごぼう <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> こんにゃく <input type="checkbox"/> しいたけ <input type="checkbox"/> 葉ねぎ <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん 塩 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> エリンギ <input type="checkbox"/> どうもろこし <input type="checkbox"/> コーンクリーム <input type="checkbox"/> プロッコリー <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 米粉 <input type="checkbox"/> 豆乳 チキンスープ 塩 こしょう	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> 鶏卵 <input type="checkbox"/> 豆腐 <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にら <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> でんぷん 塩 こしょう ごま油 <input type="checkbox"/> いわしのカリカリフライ	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> 豆腐 <input type="checkbox"/> 油揚げ <input type="checkbox"/> わかめ <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> 葉ねぎ <input type="checkbox"/> みそ 煮干し(だし)
献立	献立	<input type="radio"/> 黒豆 <input type="radio"/> 大豆 かえりちりめん <input type="checkbox"/> 砂糖 こいくちしょうゆ みりん ごま	<input type="checkbox"/> さわら 清酒 塩 砂糖 うすくちしょうゆ みりん ゆず果汁 でんぷん	<input type="checkbox"/> チキンウインナー 天ぷら粉 <input type="checkbox"/> バジル 塩 油	<input type="checkbox"/> 牛肉 しょうが <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> はるさめ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> 葉ねぎ <input type="checkbox"/> たけのこ <input type="checkbox"/> しいたけ <input type="checkbox"/> サラダ油 ごま うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 砂糖 塩 こしょう ごま油	<input type="radio"/> 高野豆腐 塩 こしょう 油 豚肉 <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> しいたけ <input type="checkbox"/> えだまめ <input type="checkbox"/> 砂糖 こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ みりん でんぷん
	献立	<input type="checkbox"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> こんにゃく <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> ごぼう <input type="checkbox"/> れんこん <input type="checkbox"/> えだまめ サラダ油 砂糖 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> れんこん 米酢 まぐろ油漬 にんじん ごま サラダドレッシング うすくちしょうゆ 塩 こしょう	<input type="checkbox"/> ポークハム <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> にんじん 米酢 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> サラダ油 塩 こしょう	<input type="checkbox"/> 牛肉 <input type="checkbox"/> トマトピューレ トマトケチャップ ウスターソース とんかつソース こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 塩 こしょう	<input type="checkbox"/> 切り干し大根 <input type="checkbox"/> こまつな 塩 ごま うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 米酢
献立	献立	パン 牛乳 ミネストローネ ドライカレー グリーンサラダ	ご飯 一食育の日 牛乳 かす汁 すずきのゆず風味 小松菜とれんこんのソテー	ぶどうパン 牛乳 ビーフンスープ 淡路たまねぎコロッケ ごぼうのごまソテー	ハッシュドポーク 牛乳 じゃこの元気揚げ キャベツとツナのサラダ	ご飯 牛乳 せんべい汁 さばの照り焼き 大根サラダ りんごゼリー
	献立	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> ベーコン <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> マカロニ <input type="checkbox"/> エリンギ <input type="checkbox"/> セロリ <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> トマト <input type="checkbox"/> トマトピューレ トマトケチャップ <input type="checkbox"/> 砂糖 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> バジルペースト チキンスープ	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> 豚肉 <input type="checkbox"/> さといも <input type="checkbox"/> 油揚げ <input type="checkbox"/> ちくわ <input type="checkbox"/> こんにゃく <input type="checkbox"/> だいこん <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> 葉ねぎ <input type="checkbox"/> 酒かす みそ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ 煮干し(だし)	<input type="checkbox"/> パン <input type="checkbox"/> レーズン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> 豚肉 <input type="checkbox"/> ビーフン <input type="checkbox"/> 厚揚げ <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> しいたけ <input type="checkbox"/> チンゲンサイ チキンスープ うすくちしょうゆ 塩 こしょう ごま油	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 豚肉 ワイン風調味料 <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> グリンピース <input type="checkbox"/> エリンギ <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 米粉 <input type="checkbox"/> ポークスープ <input type="checkbox"/> トマトピューレ トマトケチャップ ウスターソース とんかつソース こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 塩 こしょう	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> こんにゃく <input type="checkbox"/> せんべい <input type="checkbox"/> 油揚げ <input type="checkbox"/> ごぼう <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> しめじ <input type="checkbox"/> 根深ねぎ うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 削り節(だし)
献立	献立	<input type="radio"/> 鶏肉 <input type="radio"/> 豚肉 たまねぎ にんじん 大豆 しょうが にんにく ワイン風調味料 カレー粉 トマトケチャップ ウスターソース 砂糖 でんぷん サラダ油 こしょう	<input type="checkbox"/> すずき 塩 こしょう 油 こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 ゆず果汁 みりん でんぷん	<input type="checkbox"/> 淡路たまねぎコロッケ 油 <input type="checkbox"/> チキンハム <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> ごぼう 米酢 <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> キャベツ 塩 ごま うすくちしょうゆ サラダドレッシング	<input type="radio"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> かえりちりめん <input type="checkbox"/> ごぼう <input type="checkbox"/> うの花 塩 <input type="checkbox"/> レモン果汁 <input type="checkbox"/> 天ぷら粉 油 <input type="checkbox"/> まぐろ油漬 キャベツ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> 砂糖 サラダ油 塩 こしょう	<input type="radio"/> さば 塩 こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 みりん 清酒 でんぷん
	献立	<input type="checkbox"/> ささみ油漬 キャベツ プロッコリー 米酢 砂糖 サラダ油 塩 こしょう	<input type="checkbox"/> こまつな 塩 れんこん にんじん サラダ油 ごま 砂糖 うすくちしょうゆ みりん ごま油	<input type="checkbox"/> ごま うすくちしょうゆ サラダドレッシング	<input type="checkbox"/> 切り干し大根 <input type="checkbox"/> こまつな 塩 ごま うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 米酢	<input type="checkbox"/> りんごゼリー

全国学校給食週間

○赤の食品…体をつくるもの(たんぱく質・むぎしつ) □黄の食品…ねつや力のもとになるもの(たんすいかぶつ・しぼう) △緑の食品…体の調子をととのえるもの(ビタミン)

特定原材料表示 卵: 乳製品: 小麦: そば: 落花生: えび: かに:

学校給食献立表(南部学校給食センターB) 令和4年度1月分(1/11~1/31) 姫路市教育委員会

1月25日(水)		1月26日(木)		1月27日(金)		1月30日(月)		1月31日(火)			
献立	パン 牛乳 ポトフ 揚げ鶏のプロバンス風 もやしのサラダ	ご飯 牛乳 姫路おでん はたはたのから揚げ ひね鶏のゆずサラダ	パン 牛乳 白菜のクリーム煮 ハンバーグのソース焼き 小松菜と大豆のソテー	ご飯 牛乳 タイピーエン 揚げギョウザ 手作りぶりかけ みかん	あぶたま丼 牛乳 あじの有馬焼き 白菜のおかか和え						
	<input type="checkbox"/> パン <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> ポークフランク <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> プロッコリー <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> ワイン風調味料 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> だいこん <input type="checkbox"/> こんにゃく <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> 大津産れんこん入つくね <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> 厚揚げ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> パン <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> はくさい <input type="checkbox"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> かぶ <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 米粉 <input type="checkbox"/> バター <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> ワイン風調味料 <input type="checkbox"/> ポークスープ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> パセリ	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> 豚肉 <input type="checkbox"/> なると <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> はくさい <input type="checkbox"/> たけのこ <input type="checkbox"/> はるさめ <input type="checkbox"/> 葉ねぎ <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> オイスターソース <input type="checkbox"/> ごま油 <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> でんぷん	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="checkbox"/> 鶏卵 <input type="checkbox"/> 油揚げ <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> かまぼこ <input type="checkbox"/> 葉ねぎ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> 油 <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> トマト <input type="checkbox"/> トマトピューレ <input type="checkbox"/> バジルペースト <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> ひね鶏 <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> はくさい <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> ゆず果汁 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> 鶏豚ハンバーグ <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> とんかつソース <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> でんぷん	<input type="checkbox"/> ひじき <input type="checkbox"/> ごまつな <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> かつおぶし <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん	<input type="checkbox"/> ギョウザ <input type="checkbox"/> 油	<input type="checkbox"/> みかん
	立	<input type="checkbox"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> 油 <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> トマト <input type="checkbox"/> トマトピューレ <input type="checkbox"/> バジルペースト <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> ひね鶏 <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> はくさい <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> ゆず果汁 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> 鶏豚ハンバーグ <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> とんかつソース <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> でんぷん	<input type="checkbox"/> ひじき <input type="checkbox"/> ごまつな <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> かつおぶし <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん	<input type="checkbox"/> ギョウザ <input type="checkbox"/> 油	<input type="checkbox"/> みかん	<input type="checkbox"/> あじ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> 山椒粉 <input type="checkbox"/> でんぷん	<input type="checkbox"/> はくさい <input type="checkbox"/> チンゲンサイ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> かつおぶし <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> みかん
		<input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> ポークハム <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> ひね鶏 <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> はくさい <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> ゆず果汁 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> 鶏豚ハンバーグ <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> とんかつソース <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> でんぷん	<input type="checkbox"/> ひじき <input type="checkbox"/> ごまつな <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> かつおぶし <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん	<input type="checkbox"/> ギョウザ <input type="checkbox"/> 油	<input type="checkbox"/> みかん	<input type="checkbox"/> あじ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> 山椒粉 <input type="checkbox"/> でんぷん	<input type="checkbox"/> はくさい <input type="checkbox"/> チンゲンサイ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> かつおぶし <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> みかん
材	<input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> ポークハム <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> ひね鶏 <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> はくさい <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> ゆず果汁 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> 鶏豚ハンバーグ <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> とんかつソース <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> でんぷん	<input type="checkbox"/> ひじき <input type="checkbox"/> ごまつな <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> かつおぶし <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん	<input type="checkbox"/> ギョウザ <input type="checkbox"/> 油	<input type="checkbox"/> みかん	<input type="checkbox"/> あじ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> 山椒粉 <input type="checkbox"/> でんぷん	<input type="checkbox"/> はくさい <input type="checkbox"/> チンゲンサイ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> かつおぶし <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> みかん	
料	<input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> ポークハム <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> ひね鶏 <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> はくさい <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> ゆず果汁 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> 鶏豚ハンバーグ <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> とんかつソース <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> でんぷん	<input type="checkbox"/> ひじき <input type="checkbox"/> ごまつな <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> かつおぶし <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん	<input type="checkbox"/> ギョウザ <input type="checkbox"/> 油	<input type="checkbox"/> みかん	<input type="checkbox"/> あじ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> 山椒粉 <input type="checkbox"/> でんぷん	<input type="checkbox"/> はくさい <input type="checkbox"/> チンゲンサイ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> かつおぶし <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> みかん	

1月平均 栄養量 (中学校)		
エネルギー	760kcal	
たんぱく質	28.9g	
脂質	30.1%	
カルシウム	354mg	
鉄	2.7mg	
ビタミン	A	268μgRAE
	B1	0.45mg
	B2	0.57mg
	C	37mg
食塩相当量	3.2g	
食物繊維	6.0g	
マグネシウム	98mg	
亜鉛	3.2mg	

1月24日~30日は 全国学校給食週間 です!

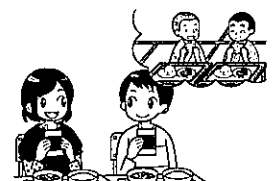
知っていますか? 学校給食の歴史

- 明治22年 山形県鶴岡町(現鶴岡市)の忠愛小学校で、おにぎりとおかずの学校給食が始まりました。
- 昭和7年頃 貧しい子どもや体の弱い子どもを救うために、全国各地で給食が始まりました。
- 戦争中 食べ物が少なくなり、ほとんどの学校で給食ができなくなりました。
- 昭和21年 戦争が終わり、外国から送られてきた、脱脂粉乳・小麦粉・缶詰を材料として学校給食が12月24日 再開されました。

その後12月24日に給食が実施されなくなったため、1月24日~30日の1週間が全国学校給食週間となりました。また、欠食児の救済で始められた給食は、時代とともに食育の場としてとらえられています。全国学校給食週間は、給食を食べながら、給食の意義を考え直してみるよい機会です。ご家庭でも話し合ってみてください。

全国学校給食週間中の 献立

- 1/24 水** ◆せんべい汁…青森県の郷土料理です。
◆りんごゼリー…りんごは青森県が主な産地です。
- 1/25 木** ◆ポトフ…フランスの家庭料理で「火にかけた鍋」という意味です。
◆揚げ鶏のプロバンス風…「プロバンス」はフランスの地名です。
- 1/26 金** ◆姫路おでん…大津産れんこん入つくねを使っています。
◆はたはたのから揚げ…兵庫県産のはたはたを使っています。
◆ひね鶏のゆずサラダ…兵庫県産のひね鶏と姫路市安富町のゆずを使っています。
- 1/27 土** ◆白菜のクリーム煮…兵庫県産の米粉を使っています。
◆小松菜と大豆のソテー…姫路市産の小松菜と兵庫県産の大豆を使っています。
- 1/30 月** ◆タイピーエン…熊本県の郷土料理です。



南部学校給食センターでは、兵庫県や姫路市の特産物を生かした献立、日本各地の郷土料理や世界の料理を取り入れています。詳しくは「盛りつけ表&ひとくちメモ」でお知らせします。

○赤の食品…体をつくるもの(たんぱく質・むぎしつ) □黄の食品…ねつや力のもとになるもの(たんすいかぶつ・しぼう) △緑の食品…体の調子をととのえるもの(ビタミン)

