

学校給食献立表(南部学校給食センターA) 令和5年度1月分(1/10~1/31) 姫路市教育委員会

		1月10日(水)	1月11日(木)	1月12日(金)	1月15日(月)	1月16日(火)	
献立	献	一正月献立一 ご飯 牛乳 みそ雑煮 さわらの幽庵がけ 筑前煮	ご飯 牛乳 カレーうどん キャベツと鶏のハンバーグ 白菜のおかか和え	パン 牛乳 オニオンスープ 鶏肉のスパイス揚げ ツナポテト 黒豆きなこクリーム	ご飯 牛乳 野菜のうま煮 れんこんのかき揚げ もやしの炒めサラダ	ご飯 牛乳 沢煮梅 あじの照り焼き チャプチェ	
	立	<input type="checkbox"/> ご飯 <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> ご飯 <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> パン <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> ご飯 <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> ご飯 <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳	
献立	献	<input type="checkbox"/> もち <input checked="" type="checkbox"/> だいこん <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> 油揚げ <input checked="" type="checkbox"/> かまぼこ <input checked="" type="checkbox"/> 葉ねぎ <input checked="" type="checkbox"/> みそ <input checked="" type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> うどん <input checked="" type="checkbox"/> 豚肉 <input checked="" type="checkbox"/> 油揚げ <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> キャベツ <input checked="" type="checkbox"/> エリンギ <input checked="" type="checkbox"/> パセリ <input checked="" type="checkbox"/> チキンスープ <input checked="" type="checkbox"/> 塩 <input checked="" type="checkbox"/> こしょう	<input checked="" type="checkbox"/> ベーコン <input checked="" type="checkbox"/> サラダ油 <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> キャベツ <input checked="" type="checkbox"/> エリンギ <input checked="" type="checkbox"/> パセリ <input checked="" type="checkbox"/> チキンスープ <input checked="" type="checkbox"/> 塩 <input checked="" type="checkbox"/> こしょう	<input checked="" type="checkbox"/> 鶏肉 <input checked="" type="checkbox"/> 塩 <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> かつおぶし <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input checked="" type="checkbox"/> 鶏肉 <input checked="" type="checkbox"/> 塩 <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> かえりちりめん <input checked="" type="checkbox"/> 天ぷら粉 <input checked="" type="checkbox"/> 塩 <input checked="" type="checkbox"/> 油	<input checked="" type="checkbox"/> 豚肉 <input checked="" type="checkbox"/> 油揚げ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> だいこん <input checked="" type="checkbox"/> えのきだけ <input checked="" type="checkbox"/> 葉ねぎ <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> 削り節(だし) <input checked="" type="checkbox"/> 昆布(だし)
	立	<input checked="" type="checkbox"/> さわら <input checked="" type="checkbox"/> 清酒 <input checked="" type="checkbox"/> 塩 <input checked="" type="checkbox"/> 砂糖 <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> みりん <input checked="" type="checkbox"/> ゆず果汁 <input checked="" type="checkbox"/> でんぷん	<input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> みりん <input checked="" type="checkbox"/> 塩 <input checked="" type="checkbox"/> でんぷん <input checked="" type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input checked="" type="checkbox"/> 鶏肉 <input checked="" type="checkbox"/> 塩 <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> クッキングスパイス <input checked="" type="checkbox"/> ワイン風調味料 <input checked="" type="checkbox"/> でんぷん <input checked="" type="checkbox"/> 油	<input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> みりん <input checked="" type="checkbox"/> 砂糖 <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> みりん <input checked="" type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input checked="" type="checkbox"/> れんこん <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> かえりちりめん <input checked="" type="checkbox"/> 天ぷら粉 <input checked="" type="checkbox"/> 塩 <input checked="" type="checkbox"/> 油	<input checked="" type="checkbox"/> あじ <input checked="" type="checkbox"/> 清酒 <input checked="" type="checkbox"/> 塩 <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> 砂糖 <input checked="" type="checkbox"/> みりん <input checked="" type="checkbox"/> でんぷん
献立	献	<input checked="" type="checkbox"/> 鶏肉 <input checked="" type="checkbox"/> こんにゃく <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> ごぼう <input checked="" type="checkbox"/> れんこん <input checked="" type="checkbox"/> えだまめ <input checked="" type="checkbox"/> サラダ油 <input checked="" type="checkbox"/> 砂糖 <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> みりん <input checked="" type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input checked="" type="checkbox"/> 鶏肉 <input checked="" type="checkbox"/> 塩 <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> かえりちりめん <input checked="" type="checkbox"/> 天ぷら粉 <input checked="" type="checkbox"/> 塩 <input checked="" type="checkbox"/> 油	<input checked="" type="checkbox"/> 鶏肉 <input checked="" type="checkbox"/> 塩 <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> かえりちりめん <input checked="" type="checkbox"/> 天ぷら粉 <input checked="" type="checkbox"/> 塩 <input checked="" type="checkbox"/> 油	<input checked="" type="checkbox"/> もやし <input checked="" type="checkbox"/> こまつな <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> ポークハム <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> 米酢 <input checked="" type="checkbox"/> 砂糖 <input checked="" type="checkbox"/> サラダ油 <input checked="" type="checkbox"/> 塩	<input checked="" type="checkbox"/> もやし <input checked="" type="checkbox"/> こまつな <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> ポークハム <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> 米酢 <input checked="" type="checkbox"/> 砂糖 <input checked="" type="checkbox"/> サラダ油 <input checked="" type="checkbox"/> 塩	<input checked="" type="checkbox"/> 牛肉 <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input checked="" type="checkbox"/> にんにく <input checked="" type="checkbox"/> はるさめ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> にら <input checked="" type="checkbox"/> たけのこ <input checked="" type="checkbox"/> しいたけ <input checked="" type="checkbox"/> サラダ油 <input checked="" type="checkbox"/> ごま油 <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> 砂糖 <input checked="" type="checkbox"/> 塩 <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> ごま油
	立	<input checked="" type="checkbox"/> さわら <input checked="" type="checkbox"/> 清酒 <input checked="" type="checkbox"/> 塩 <input checked="" type="checkbox"/> 砂糖 <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> みりん <input checked="" type="checkbox"/> ゆず果汁 <input checked="" type="checkbox"/> でんぷん	<input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> みりん <input checked="" type="checkbox"/> 塩 <input checked="" type="checkbox"/> でんぷん <input checked="" type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input checked="" type="checkbox"/> 鶏肉 <input checked="" type="checkbox"/> 塩 <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> クッキングスパイス <input checked="" type="checkbox"/> ワイン風調味料 <input checked="" type="checkbox"/> でんぷん <input checked="" type="checkbox"/> 油	<input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> みりん <input checked="" type="checkbox"/> 砂糖 <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> みりん <input checked="" type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input checked="" type="checkbox"/> れんこん <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> かえりちりめん <input checked="" type="checkbox"/> 天ぷら粉 <input checked="" type="checkbox"/> 塩 <input checked="" type="checkbox"/> 油	<input checked="" type="checkbox"/> あじ <input checked="" type="checkbox"/> 清酒 <input checked="" type="checkbox"/> 塩 <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> 砂糖 <input checked="" type="checkbox"/> みりん <input checked="" type="checkbox"/> でんぷん
		1月17日(水)	1月18日(木)	1月19日(金)	1月22日(月)	1月23日(火)	
献立	献	一ひょうご安全の日献立一 菜めし 牛乳 みそ汁 高野豆腐の揚げ煮 はりはり漬け	あんかけ丼 牛乳 ジャコ豆 ポテトほろれんソテー	一食育の日一 ご飯 牛乳 姫路おでん 鶏肉のゆず風味 ツナおから	ご飯 牛乳 スーミータン キムチ炒め ひじきの五目煮	ご飯 牛乳 肉だんごの中華風うま煮 焼きししゃも パンパンジー	
	立	<input type="checkbox"/> ご飯 <input checked="" type="checkbox"/> 大根葉 <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> ご飯 <input checked="" type="checkbox"/> 豚肉 <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> たけのこ <input checked="" type="checkbox"/> しめじ <input checked="" type="checkbox"/> 根深ねぎ <input checked="" type="checkbox"/> えだまめ <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input checked="" type="checkbox"/> 砂糖 <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> みりん <input checked="" type="checkbox"/> 塩 <input checked="" type="checkbox"/> でんぷん <input checked="" type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> ご飯 <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> だいこん <input checked="" type="checkbox"/> こんにゃく <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> ちくわ <input checked="" type="checkbox"/> じゃがいも <input checked="" type="checkbox"/> 厚揚げ <input checked="" type="checkbox"/> 砂糖 <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> みりん <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input checked="" type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> ご飯 <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> 鶏卵 <input checked="" type="checkbox"/> チキンハム <input checked="" type="checkbox"/> コーンペースト <input checked="" type="checkbox"/> とうもろこし <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> チンゲンサイ <input checked="" type="checkbox"/> チキンスープ <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> 清酒 <input checked="" type="checkbox"/> 塩 <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> でんぷん	<input type="checkbox"/> ご飯 <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> つくね <input checked="" type="checkbox"/> はるさめ <input checked="" type="checkbox"/> たけのこ <input checked="" type="checkbox"/> しいたけ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> はくさい <input checked="" type="checkbox"/> 葉ねぎ <input checked="" type="checkbox"/> 厚揚げ <input checked="" type="checkbox"/> オイスターソース <input checked="" type="checkbox"/> ごま油 <input checked="" type="checkbox"/> チキンスープ <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> 砂糖 <input checked="" type="checkbox"/> 清酒 <input checked="" type="checkbox"/> 塩 <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> サラダ油	
献立	献	<input checked="" type="checkbox"/> 高野豆腐 <input checked="" type="checkbox"/> 塩 <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> 油 <input checked="" type="checkbox"/> 豚肉 <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> しいたけ <input checked="" type="checkbox"/> えだまめ <input checked="" type="checkbox"/> 砂糖 <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> みりん <input checked="" type="checkbox"/> でんぷん	<input checked="" type="checkbox"/> 大豆 <input checked="" type="checkbox"/> かえりちりめん <input checked="" type="checkbox"/> 砂糖 <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> みりん <input checked="" type="checkbox"/> ごま	<input checked="" type="checkbox"/> 鶏肉 <input checked="" type="checkbox"/> 塩 <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> でんぷん <input checked="" type="checkbox"/> 油 <input checked="" type="checkbox"/> みりん <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> ゆず果汁	<input checked="" type="checkbox"/> うの花 <input checked="" type="checkbox"/> まぐろ油漬け <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> 葉ねぎ <input checked="" type="checkbox"/> しいたけ <input checked="" type="checkbox"/> ごま油 <input checked="" type="checkbox"/> 砂糖 <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input checked="" type="checkbox"/> ひじき <input checked="" type="checkbox"/> 鶏肉 <input checked="" type="checkbox"/> ちくわ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> えだまめ <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> 砂糖 <input checked="" type="checkbox"/> みりん <input checked="" type="checkbox"/> サラダ油	
	立	<input checked="" type="checkbox"/> 高野豆腐 <input checked="" type="checkbox"/> 塩 <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> 油 <input checked="" type="checkbox"/> 豚肉 <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> しいたけ <input checked="" type="checkbox"/> えだまめ <input checked="" type="checkbox"/> 砂糖 <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> みりん <input checked="" type="checkbox"/> でんぷん	<input checked="" type="checkbox"/> 大豆 <input checked="" type="checkbox"/> かえりちりめん <input checked="" type="checkbox"/> 砂糖 <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> みりん <input checked="" type="checkbox"/> ごま	<input checked="" type="checkbox"/> 鶏肉 <input checked="" type="checkbox"/> 塩 <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> でんぷん <input checked="" type="checkbox"/> 油 <input checked="" type="checkbox"/> みりん <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> ゆず果汁	<input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> みりん <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input checked="" type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input checked="" type="checkbox"/> ひじき <input checked="" type="checkbox"/> 鶏肉 <input checked="" type="checkbox"/> ちくわ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> えだまめ <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> 砂糖 <input checked="" type="checkbox"/> みりん <input checked="" type="checkbox"/> サラダ油	
献立	献	<input checked="" type="checkbox"/> 切り干し大根 <input checked="" type="checkbox"/> きゅうり <input checked="" type="checkbox"/> 塩 <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> 砂糖 <input checked="" type="checkbox"/> 米酢 <input checked="" type="checkbox"/> ごま	<input checked="" type="checkbox"/> ベーコン <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> とうもろこし <input checked="" type="checkbox"/> ぼうれんそう <input checked="" type="checkbox"/> じゃがいも <input checked="" type="checkbox"/> サラダ油 <input checked="" type="checkbox"/> 塩 <input checked="" type="checkbox"/> こしょう	<input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> みりん <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input checked="" type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input checked="" type="checkbox"/> ひじき <input checked="" type="checkbox"/> 鶏肉 <input checked="" type="checkbox"/> ちくわ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> えだまめ <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> 砂糖 <input checked="" type="checkbox"/> みりん <input checked="" type="checkbox"/> サラダ油	<input checked="" type="checkbox"/> ささみ油漬け <input checked="" type="checkbox"/> きゅうり <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> もやし <input checked="" type="checkbox"/> 塩 <input checked="" type="checkbox"/> ごま <input checked="" type="checkbox"/> 米酢 <input checked="" type="checkbox"/> 砂糖 <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> ごま油	
	立	<input checked="" type="checkbox"/> 切り干し大根 <input checked="" type="checkbox"/> きゅうり <input checked="" type="checkbox"/> 塩 <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> 砂糖 <input checked="" type="checkbox"/> 米酢 <input checked="" type="checkbox"/> ごま	<input checked="" type="checkbox"/> ベーコン <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> とうもろこし <input checked="" type="checkbox"/> ぼうれんそう <input checked="" type="checkbox"/> じゃがいも <input checked="" type="checkbox"/> サラダ油 <input checked="" type="checkbox"/> 塩 <input checked="" type="checkbox"/> こしょう	<input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> みりん <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input checked="" type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input checked="" type="checkbox"/> ひじき <input checked="" type="checkbox"/> 鶏肉 <input checked="" type="checkbox"/> ちくわ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> えだまめ <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> 砂糖 <input checked="" type="checkbox"/> みりん <input checked="" type="checkbox"/> サラダ油	<input checked="" type="checkbox"/> ささみ油漬け <input checked="" type="checkbox"/> きゅうり <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> もやし <input checked="" type="checkbox"/> 塩 <input checked="" type="checkbox"/> ごま <input checked="" type="checkbox"/> 米酢 <input checked="" type="checkbox"/> 砂糖 <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> ごま油	

○赤の食品…体をつくるもの(たんぱく質・むきしつ) □黄の食品…ねつや力のもとになるもの(たんすいかばつ・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:
(ピーナッツ)

えび:

かに:

学校給食献立表(南部学校給食センターA) 令和5年度1月分(1/10~1/31) 姫路市教育委員会

1月24日(水)		1月25日(木)		1月26日(金)		1月29日(月)		1月30日(火)		1月31日(水)		
献立	パン 牛乳 コンソメスープ 揚げさばのマリネ 小松菜と大豆のソテー	ご飯 牛乳 かす汁 淡路たまねぎコロッケ れんごんの炒めなます 味付けのり	パン 牛乳 ミネストローネ さけのハーブ揚げ グリーンサラダ	ご飯 牛乳 ほうとう 鶏もつ煮 コーンキャベツ	ご飯 牛乳 大根としょうがのスープ ガバオライスの具 春雨のごま酢和え	パン 牛乳 白菜のクリーム煮 スティックハンバーグのソース焼き ごぼうのごまソテー	献立	パン	ご飯	パン	ご飯	パン
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳		ベーコン たまねぎ じゃがいも エリンギ にんじん セロリ パセリ チキンスープ サラダ油 塩 こしょう	豚肉 さといも 油揚げ ちくわ ごんにゃく だいごん にんじん 葉ねぎ 酒かす みそ うすくちしょうゆ 煮干し(だし)	ベーコン じゃがいも たまねぎ にんじん マカロニ エリンギ セロリ にんにく サラダ油 トマト トマトピューレ トマケチャップ 砂糖 塩 こしょう パプリカペースト チキンスープ	うどん 豚肉 かぼちゃ だいごん はくさい にんじん 油揚げ しめじ 根深ねぎ みそ こいくちしょうゆ 煮干し(だし)	豚肉 だいごん たまねぎ にんじん チンゲンサイ しょうが サラダ油 塩 こしょう うすくちしょうゆ チキンスープ
献立	さば 塩 こしょう でんぶ 油 たまねぎ レモン果汁 うすくちしょうゆ みりん 砂糖	淡路たまねぎコロッケ 油 だいごん にんじん れんこん サラダ油 砂糖 うすくちしょうゆ み酢 ごま	さけ にんにく 塩 こしょう クッキングスパイス パセリ パプリカ ワイン風調味料 オリーブ油 でんぶ 油	鶏肉 しょうが こいくちしょうゆ 清酒 でんぶ レバー 油 砂糖	鶏肉 大豆 サラダ油 にんにく たまねぎ パプリカ ピーマン 塩 こしょう ナンブラー こいくちしょうゆ オイスターソース 砂糖 一味唐辛子 パプリカペースト でんぶ	スティックドック トマケチャップ とんかつソース ウスターソース 砂糖 みりん でんぶ	献立	こまつな キャベツ チキンハム 大豆 ごま サラダドレッシング うすくちしょうゆ 塩 こしょう サラダ油	味付けのり	キャベツ にんじん とうもろこし ポークハム チキンスープ 塩 こしょう	はるさめ チキンハム キャベツ にんじん きゅうり 塩 ごま み酢 うすくちしょうゆ 砂糖 ごま油	ポークハム サラダ油 ごぼう み酢 にんじん キャベツ 塩 ごま うすくちしょうゆ サラダドレッシング
	材料	材料	材料	材料	材料	材料		材料				

1月平均 栄養量 (中学校)		
エネルギー	755kcal	
たんぱく質	29.2g	
脂質	29.1%	
カルシウム	332mg	
鉄	2.6mg	
ビタミン	A	364μgRAE
	B1	0.45mg
	B2	0.57mg
	C	30mg
食塩相当量	3.1g	
食物繊維	6.2g	
マグネシウム	97mg	
亜鉛	3.3mg	

1月24日~30日は 全国学校給食週間

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 12月24日 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

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。

- 1/24(水)** ◆揚げさばのマリネ…パンにはさんでトルコ料理の「さばサンド」にします。
- 1/25(木)** ◆かす汁(灘の酒かす)・淡路たまねぎコロッケ(淡路島のたまねぎ)れんごんの炒めなます(姫路のれんこん)・味付けのり(兵庫県産のり)…兵庫県産の食材を使った献立です。
- 1/26(金)** ◆ミネストローネ…イタリアの料理です。野菜、ベーコン、アルファベットマカロニが入った具だくさんのトマトスープです。
- 1/29(月)** ◆ほうとう…山梨県の郷土料理。平打ち麺、かぼちゃ、きのこ、季節の野菜、肉をみそ味の汁で煮込んで作ります。古くは戦国武将、武田信玄が陣中食にしていたとも伝えられています。
◆鶏もつ煮…鶏レバーを甘辛いたれで煮た山梨県のB級グルメです。
- 1/30(火)** ◆ガバオライスの具…ご飯にかけてタイ料理のガバオライスにします。



○赤の食品…体をつくるもの(たんぱく質・むぎ) □黄の食品…ねつや力のもとになるもの(たんすいかぶつ・しょう) △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: