学校給食献立表(林田中) 令和6年度1月分(1/8~1/31)

姫路市教育委員会

	1月8	日(水)			1月9日(木)			1月10日(金)			1月14日(火)			1月15日(水)			1月16日(木)	
2	ーしょうがこ		- 1	なた	いよしパン		ご!	<u> </u>			<u></u> ‡ん			<u></u> まん		100		
<i>Б</i>	ごはん 牛乳			牛乳	礼 ハソメスープ		生物	乳 きたまじる		生活	礼 さいのうまに		牛	乳 そラーメン		牛乳	礼 -ンスープ	
だ	ぐぞうに れんこんのか	きあげ		اتت	こみハンバーグ		128	うじゃが		もも	^{>} しのごまあえ		ご	まザンギ		ドラ	ライカレー	
て	くろまめ	رارف		++	ァンディチーズ		やる	さいいため		ひし	ごきのふりかけ		Ø!)のつくだに		<i>₩</i> .	b ¹ ん	
Ŋ	□ ごはん				パン	*		ごはん			ごはん			ごはん			パン	* P
h	○ 牛乳			0	牛乳		0	牛乳		0	牛乳		0	牛乳		0	牛乳	
だ	□ しらたまも ○ けいにく	ち		\bigcirc	ベーコンかぶ			とうふにんじん		0	ぶたにく がんもどき			ちゅうかそば ぶたにく	*		にんじん	
7	△ にんじん			\triangle	にんじん キャベツ			はねぎ わかめ			にんじん たまねぎ			にんじん もやし			じゃがいも	
ざい	△ はくさい			\triangle	たまねぎ		0	たまご	8		じゃがいも			しなちく	· pa			
いり	△ みつば うすくちし	. Fうか	* _A	\triangle	さやいんげんセロリ			うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ	* p		えだまめ たけのこ			はくさい はねぎ		\triangle	パセリ	
ょ	しお	עונ או	γ.	\triangle	しょうが			けずりぶし(だし)	'		しょうが		1	いか			サラダあぶら しお	
う	けずりぶし				ポークスープ			でんぷん じゃがいも			うすくちしょうゆ	\$ (2	0	あかみそ	*		こしょう	
	こんぶ(た △ れんこん	(U)			しお こしょう			あぶら			こいくちしょうゆ さとう	γ×		うすくちしょうゆ ごまあぶら	γ,		ポークスープ コーンスターチ	
	□ 5bめんし	じゃこ		0	ハンバーグ(こむぎぬき)			ぶたにく にら		Δ	もやし			チキンスープ		0	ぎゅうにく	
	△ ごぼう			\triangle	たまねぎ			サラダあぶら			ほうれんそう			しお こしょう		О Д	とりレバー たまねぎ	***
	しお □ てんぷらご	_	8 ₁₀		サラダあぶら しめじ			こいくちしょうゆ	*/		まぐろのあぶらづけ(こめゆ) ごま			けいにく		\triangle	セロリ	
	□あぶら		,		トマトケチャップ			みりん			こいくちしょうゆ	*p	Δ	しょうが			にんじん だいず	
	○ くろまめ				ウスターソース			でんぷん		0	ひじき			にんにく うすくちしょうゆ	***	\triangle	しょうが	
					でんぷん			ベーコンにんじん			きくらげ かつおぶし			せいしゅ	,		トマトケチャップ	
			Ī	0	キャンディチーズ			きくらげ			ごま			しお ごま			ウスターソース カレーこ	
								にら もやし			さとう こいくちしょうゆ	b _R		でんぷん			ワインふうちょうみりょう	
								サラダあぶら			みりん	,		あぶら			にんにく しお	
								しお こしょう					0	のりのつくだに	*pa		こしょう	
								こいくちしょうゆ	*							_	ポークスープ みかん	
	1月17		7		1月20日(月)		1105	1月21日(火)			1月22日(水)			1月23日(木)		4-4	1月24日(金)	
こ	−ひょうごあんぜ ごはん				ーしょくいくのひー ‡ん	-	パン 牛!	ン		お [*] 牛乳	やこどんぶり		ご(生)	まん		わ <i>t</i> : 牛乳	かめごはん	
Ь	ーひょうごあんぜ ごはん 牛乳	んのひこんだ		牛乳	ーしょくいくのひー ‡ん	-	牛	ン 別 タリアンスパゲティ	(カラ)	生活	やこどんぶり 4 ようりのすのもの		牛乳み	まん 乳 そチゲ		牛乳じゃ	かめごはん	学校)
	-ひょうごあんぜ ごはん 牛乳 かんぶつのみ ひじきととうも? あぶらみそ	んのひこんだ そしる らこしのいたら	めに <u>パネ</u>	牛乳 いる ごも	ーしょくいくのひ ー はん し そかじる らくにまめ	-	生べれ	ン ン 乳	(めこ)	生活	やこどんぶり		牛! み! ナ!	 まん 乳	ノテー	牛乳 じゃ いた	かめごはん 乳	学校
んだて	ーひょうごあんぜ ごはん 牛乳 かんぶつのみ ひじきととうも?	んのひこんだ そしる らこしのいたら	めに <u>パネ</u>	牛乳いたごも	ーしょくいくのひ ー まん し そかじる	-	牛! イ! ベ! チ!	ン 乳 タリアンスパゲティ ジタブルフリッター(ご	(めこ)	牛乳 き _k たく	やこどんぶり 4 ようりのすのもの		牛乳みった。ここ	まん 乳 そチゲ ムル	ノテー	牛乳 じゃ いた れん	かめごはん 乳 かぶ かのてんぷら 全郎 かこんのきんびら 給食	学校)週間
んだてこ	ー ひょうごあんぜ ごはん 牛乳 かんぶつのみ ひじきととうも? あぶらみそ さつまいもス	んのひこんだ そしる らこしのいたと	めに <u>パネ</u>	牛乳いたごも	ーしょくいくのひー はん 礼 そかじる らくにまめ らしのごまずいため	· ·	牛! イ! ベ! チ!	ン 乳 タリアンスパゲティ ジタブルフリッター(こ ョコクリーム		牛乳 きk たぐ	やこどんぶり し ううりのすのもの くあんのごまあえ ごはん けいにく		牛乳みった。ここ	まん 乳 そチゲ ムル まつなとれんこんのン		生等 じゃ いた れん	かめごはん 札 かぶ かのてんぶら 全国 いこんのきんびら 給飲 ごはん わかめ	週間)
んだてこん	ーひょうごあんぜ ごはん 牛乳 かんぶつのみ ひじきととうも? あぶらみそ さつまいもス ○ 牛乳 △ きりぼした	そしる さこしのいた ティック ()	න්[2 ම්	牛乳 ごも し ○ △	ーしょくいくのひー はん そかじる らくにまめ としのごまずいため ごはん 牛乳 たまねぎ		牛イベチ	ソ 乳 タリアンスパゲティ ジタブルフリッター(ごョコクリーム パン 牛乳 スパゲティ	· p	牛乳 きゅ たぐ ロ ○ △	やこどんぶり しゅうりのすのもの くあんのごまあえ ごはん けいにく しいたけ		牛野かりたこ	まん 乳 そチゲ ムル たつなとれんこんのと ごはん 牛乳 ぶたにく	ノテー	牛乳 じゃ いた れん	かめごはん 乳 かのてんぶら 全国 いこんのきんびら (給食) ごはん わかめ 牛乳	学校問
んだてこんだ	-ひょうごあんぜ ごはん 一ひょうごあんぜ ごはん 牛乳 かんぶつのみ かじきととうもで あぶらみそ さつまいもス ○ はん ○ 牛乳 △ きりぼした ○ こうやどご	そしる さこしのいた ティック ()	න්[2 ම්	牛乳 でも	ーしょくいくのひー はん し そかじる らくにまめ っしのごまずいため ごはん 牛乳		牛イベチロロロロ	ツ 乳 タリアンスパゲティ ジタブルフリッター(ごョコクリーム パン 牛乳 スパゲティ ベーコン	'n	牛乳 きぬ たぐ	やこどんぶり しっうりのすのもの くあんのごまあえ ごはん けいにく しいたけ たまねぎ にんじん		牛乳みずったこと	まん 乳 そチゲ ムル たつなとれんこんのと ごはん 牛乳 ぶたにく せいしゅ		生音 じゃ れん	かめごはん 乳 かのてんぷら 全国 かのてんぷら (全国 かこんのきんびら 給食 ではん わかめ 牛乳 けいにく せいしゅ	週間)
んだてこんだて	ーひょうごあんぜ ごはん 牛乳 かんぶつのみ ひじきととうも? あぶらみそ さつまいもス ○ 牛乳 △ きりぼした	そしる さこしのいた ティック ()	න්[2 ම්	牛いごも	ーしょくいくのひー はん そかじる らくにまめ らしのごますいため ごはん 牛乳 たまねぎ にんじん あおさのり こんぶ		牛! イ: イ: イ: チョ ロ ロ	ソ 乳 タリアンスパゲティ ジタブルフリッター(ごョコクリーム パン 牛乳 スパゲティ	'n	牛乳 たべ ロ 〇 △ △ △ △ □	でにんぶり ごはん けいにく しいたけ たまねぎ にんじん はねぎ	€\$	牛みナイン ロ O O O O O O O	まん 乳 そチゲ ムル たつなとれんこんのと ではん 牛乳 ぶたにく せいしゅ とうふ たまねぎ		牛乳 じゃ いがれん	かめごはん 乳 かのてんぷら 全国 いこんのきんぴら (格) ごはん わかめ 牛乳 けいにく せいしゅ サラダあぶら とうふ	週間)
んだてこんだてざ	- ひょうごあんぜ ごはん	そしる さこしのいた ティック ()	න්[2 ම්	牛野できせ □ ○ △ △ ○ ○ ○ ○	ーしょくいくのひー はん そかじる らくにまめ っしのごまずいため ごはん 牛乳 たまねぎ にんじん あおさのり こんぼこ あがらのり こんぼこ あがらのり こんぼこ あがらのり		牛! イ: べご チ! □ ○ □ ○ △ △ △ △	タリアンスパゲティ タリアンスパゲティ ジタブルフリッター(ごョコクリーム パン 牛乳 スパゲティ ベーコン たまねぎ にんじん しめじ	'n	牛乳 きぬ たぐ	やこどんぶり しっうりのすのもの くあんのごまあえ ごはん けいにく しいたけ たまねぎ にんじん		牛! み ナル ここ	まん 乳 そチゲ ムル たつなとれんこんのと ではん 牛乳 ぶたにく せいしゅ とうふ たまねぎ はくさいキムチ		牛乳 じゃ れん □○□	かめごはん 乳 かのてんぷら 全国 ことんのきんびら (給食) ことはん わかめ 牛乳 けいにく せいしゅ サラダあぶら とうぶ	週間)
んだてこんだてざい	-ひょうであんせ ごはん 牛乳 かんぶつのみ ひじきととうもで あぶらみそ さつまいもス □ ごはん ○ 牛乳 △ きりぼした ○ こうやどう わかめ △ しいたけ) みそ みりん	んのひこんだ そしる さこしのいたと ティック (でいこん いふ)	න්[2 ම්	牛がごも 0 440004	ーしょくいくのひー はん そかじる らくにまめ っしのごまずいため ごはん 牛乳 たまねぎ にんじん あおさのり こんぶ かまぼこ		牛イベチョー・ロー・ムム	タリアンスパゲティ タリアンスパゲティ ジタブルフリッター(ごョコクリーム パン 牛乳 スパゲティ ベーコン たまねぎ にんじん しめじ パセリ	'n	牛きた 	でことんぶり ううりのすのもの くあんのでまあえ ではん けいにく しいたけ たまねぎ にんじん はねぎ たまご さとう みりん		牛等みかれる。 □ ○ ○ ○ △ △ △ △ △ △ △ △ △ △ △ △ △ △ △ △	まん 乳 そチゲ ムル たつなとれんこんの) ではん 牛乳 ぶたにく せいしゅ とうふ たまねぎ はくさいキムチ にんじん にら		牛野 いたれん □○□○△ △	かめごはん 礼 かのてんぷら ことんのきんぴら やかかめ 牛乳 けいにく せいしゅ サラダあぶら とうふ こんんにゃく しお にんしじん	週間)
んだてこんだてざ	- ひょうごあんぜ ごはん	んのひこんだ そしる さこしのいたと ティック (でいこん いふ)	න්[2 ම්	牛がごも 0 440004	ーしょくいくのひー はん そかじる らくにごさまめ らくにごさますいため ごはん 牛乳 たまねぎ にんじさのり こんがぎこあ かまぶらぎ あるがいますしたり かまがらぎ あったいさのり こんがさったい かまがらぎ あったい あったい かったい かったい かったい かったい かったい かったい かったい か		牛! イ: べご チ! □ ○ □ ○ △ △ △ △	タリアンスパゲティジタブルフリッター(ごコクリーム パン 牛乳 スパゲティベーコン たまねぎ にんじん しめじ パセリ サラダあぶら トマトケチャップ	'n	牛きた 	でことんぶり ううりのすのもの くあんのでまあえ ではん けいにく しいたけ たまねぎ にんじん はねぎ たまご さとう	•	牛等みたここ □ ○ ○ ○ △ △ △ △ □	まんれんこんのと ではん 牛乳 ぶたにく せいしゅ とうふ たまねぎ はくさいキムチ にんじん にら サラダあぶら		牛乳 じゃ れん	かめごはん 乳 かのてんぷら 全国 かこんのきんぴら (全国) かこんのきんぴら (名) ではん わかめ 牛乳 けいにく せいしゅ サラふぶら とこんにゃく しお にんじん たまねぎ はくさい	週間)
んだてこんだてざいり	- ひょうごあんぜ	たのひこんだ そしる らさしのいたは ティック (を にいこん いふ)	න්[2 ම්	牛がごも 0 440004	ーしょくいくのひー はん そかじる らくにまめ っしのごまずいため ごはん 牛乳 たまねぎ にんじん あおさのり こんぶ かまぼこあげ はねぎ えのきたけ		牛! イ: べご チ! □ ○ □ ○ △ △ △ △	タリアンスパゲティジタブルフリッター(とコクリーム パン 牛乳 スパゲティベーコン たまねぎ にんじん しめじ パセリ サラダあぶら トマトケチャップ ちゅうのうソース	'n	牛きた □ ○ △ △ △ ○ □	でごとんぶり しっちりのすのもの くあんのごまあえ ごはん けいにく しいたけ たまねぎ にんじん はねぎ たまご さとう みりん うすくちしょうゆ けずりぶし(だし)		牛等 ナルこ □ ○ ○ ○ △ △ △ □ ○	まんれんこんのと そチゲ ムル たつなとれんこんのと ではん 牛乳 ぶたにく せいしゅ とうふ たまねぎ はくさいキムチ にんじん にら サラダあぶら みちん		牛等 じゃ いがれん □○○○○□○△ △△△△△	かめごはん 乳 かのてんぷら ことんのきんびら を を にとした 世いにく せいにく せいとゆ サラダあぶら こんにゃく しお にんじん たまねざ はくさうい にいけっ にいじっ しおしま	週間)
んだて こんだてざいりょ	- ひょうごあんぜ	たのひこんだ そしる らさしのいたは ティック (を にいこん いふ)	න්[2 ම්	牛いごも □ ○ △ △ ○ ○ ○ △ △ ○ ○ ○	ーしょくいくのひー はん そかじる らくにごさまめ らくにごさますいため ごはん 牛乳 たまねぎ にんおさぶ がまぶら があぶらぎにあ かなぶらますいた かながら はれのり こんがさのり ことがした でしたしょう しいでした しいでした しいでした しいでした した したいでした したいでした したいでした したい したい したい したい した したい したい したい したい した		牛! イ: べご チ! □ ○ □ ○ △ △ △ △	タリアンスパゲティジタブルフリッター(ごコクリーム パン 牛乳 スパゲティベーコン たまねぎ にんじん しめじ パセリ サラダあぶら トマトケチャップ	'n	牛きk	でことんぶり もうりのすのもの くあんのでまあえ ではん けいにく しいたけ たまねぎ にんじん はねぎ たまご さとう みりん うすくちしょうゆ けずりぶし(だし) でんぷん	***	牛等みたここ □ ○ ○ ○ △ △ △ △ □	はん そチゲ ムル たつなとれんこんのか ではん 牛乳 ぶたにく せいしゅ とうふ たまさいキムチ にんじん にララダあぶら みりん ごまあぶら		牛等 じゃ いがれん □○○○○□○△ △△△△△	かめごはん 別かのてんぷら (全国) かってんぷら (全国) かってんぷら (格別) ではんわかめ 牛乳 けいにく せいしゅ サラふ、と しおしたおさい にたまさい にたまさい にたまさい にだまさい にだまさい にだまさい にだまさい にだまさい にだまさい にもとく にいとき しいとき にったのき	
んだて こんだてざいりょ	- ひょうであんせ ではん	んのひこんだ そしる うこしのいたさ テ ィック (さいこん いふ	めに ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	牛いごも □ ○ △ △ ○ ○ ○ △ △ △	ーしょくいくのひー はん そかじる うくにのごまずいため ごはん 牛乳 たまねぎ にんじさのり こんよざこあがいまい。 かまぶらぎ はねきたけ うすくちしょうゆ けずりぶし(だし)		牛! イ: べご チ! □ ○ □ ○ △ △ △ △	タリアンスパゲティジタブルフリッター(とコクリーム パン 牛乳 スパゲティベーコン たまねぎ にんじん しめじ パセリ サラダあぶら トマトケチャップ ちゅうのうソース しお こしょう じゃがいも	'n	# き た	でごとんぶり しまりのすのもの くあんのごまあえ ごはん けいにく しいたけ たまねぎ にんじん はねぎ たまご さとう みりん うすくちしょうゆ けずりぶし(だし) でんぷん 牛乳	•	牛等 ナルこ □ ○ ○ ○ △ △ △ □ ○	まんれんこんのと そチゲ ムル たつなとれんこんのと ではん 牛乳 ぶたにく せいしゅ とうふ たまねぎ はくさいキムチ にんじん にら サラダあぶら みちん		特じいがれる 1000000000000000000000000000000000000	かめごはん 乳かのてんぷら (全国) かってんぷら (全国) かってんぷら (全国) かったんのきんびら (地) かかめ 牛乳 (けいにく せいしゅ かきがら こんにゃく しお にんじんざらい にんまるさい ごぼわつね ぎさうすくちしょうゆ こいくちしょう (い) さいさい ひとう (ない) かっこいく (ない) かっこい (ない) かっこい (ない) ない (ない) かっこい (ない) ない (ない) ない) ない (ない) ない (ない) ない) ない (ない) ない (ない) ない (ない) ない (ない) ない (ない) ない) ない (ない) ない) ない (ない) ない (ない) ない) ない	
んだて こんだてざいりょ	- ひょうであんせ ではん	たのひこんだ そしる うごしのいたさ ティック (ごいこん いふ)	න්[2 ම්	牛いごも □ ○ △ △ ○ ○ ○ △ △ ○ ○ △ △ ○ ○ △ △	ーしょくいくのひーまん。 そかじるらくにまめらくにあまずいためではん。 年乳 たまねぎにんがある。 ためいのではん。 大きれじんのり こかまが高さいたがある。 ではんがさが、こがまできたちちいです。 はんのうさいでする。 はんのうというでは、 はんがもいっちいです。 はんがもいずりにくっちいです。 だいずっとくったけのことがある。		牛 イベジチョ □ ○ □ ○ △ △ △ △ □ □ △	タリアンスパゲティジタブルフリッター(とコクリーム パン 牛乳 スパゲティベーコン たまねぎ にんじん しめじ パセリ サラダあぶら トマトケチャップ ちゅうのうソース しお こしょう じゃがいも たまねぎ	'n	牛きk	でことんぶり もうりのすのもの くあんのでまあえ ではん けいにく しいたけ たまねぎ にんじん はねぎ たまご さとう みりん うすくちしょうゆ けずりぶし(だし) でんぷん	***	牛等 ナルこ □ ○ ○ ○ △ △ △ □ ○	はんれて ではん とれんこんのか ではん 中乳 ぶたにく せいしゅ とうぶったまさい さんじん に ララそ あがら みかりん ごま カスープ		牛等 じゃ いがれん □○○○○□○△ △△△△△	かめごはん 乳 かのてんぷら こんのきんぴら やかとこんのきんぴら 十乳 けいにく せいしゅ サラダあぶら とうんにゃく しお にんおさい こんのきなさい こんのきんぴら さいこく といしの とうから とうしま にんじんだまさい こいのきんじん だいできない にんじんだっと にんじんだっと にんじんだっと にんじんだっと にんじんだっと にんじんだっと にんじんだっと にんじんだっと にんじんだっと にんじんだっと にんじんだっと にんじんだっと にんじんだっと にんじんだっと にんじんだっと にんじんがら にんじんがら にんじんがら にんじんだっと にんじんだっと にんじんだっと にんじんだっと にんじんだっと にんじんだっと にんじんだっと にんじんだっと にんじんだっと にんじんだっと にんじんがっと にんじんだっと にんじんだっと にんじんだっと にんじんだっと にんじんだっと にんじんだっと にんじんだっと にんじんだっと にんじんだっと にんじんだっと にんじんだっと にんじんがら にんじんがら にんじんがら にんじんがら にんじんがら にんじんがら にんじんがら にんじんがら にんじんがら にんじんがら にんじんがら にんじんがった。 にんじんがった。 にんじんがった。 にんじんがった。 にんじんがった。 にんじんがった。 にんじんがった。 にんじんがった。 にんじんがった。 にんじんがった。 にんじんが、 にんが、	
んだて こんだてざいりょ	- ひょうごあんぜ ではん (牛乳 がんぶことう さいまい もっとう さいまい もっとう まいも ス	たのひこんだ そしる うごしのいたさ ティック (ごいこん いふ)	めに ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	牛??さむ □ ○ △ △ ○ ○ ○ ○ △ △ ○ ○ ○ △ △ ○ ○ ○ ○ △ △ ○ ○ ○ ○ ○ △ △ ○	ーしょくいくのひー はん そかじる うくしのこと ではん 年乳 たまねぎにんいながい。 たんじさのり たんじさがい。 たんじさがい。 ではん かまぶらぎとちしい。 かまぶらぎとちちしょうすいくちがいううでいくがいううでいくがいっと だいからい。 だいからい。 だいがっと に だいがっと に だいがっと に だいがっと だい に に に に だいがっと に に に に に に に に に に に に に に に に に に に		牛!: イバ・チ: □ ○ □ ○ △ △ △ △ □ □ □	タリアンスパゲティジタブルフリッター(とコクリーム パン 牛乳 スパゲティベーコン たまねぎ にんじん しめじ パセリ サラダあぶら トマトケチャップ ちゅうのうソース しお こしょう じゃがいも	'n	牛きた □○△△△△○□ □○△ ○○	でごとんぶり しっちのすのもの くあんのごまあえ ごはん けいにく しいたけ たまねぎ にんじん はねぎ たまご さとう みりん うすくちしょうゆ けずりぶし(だし) でんぷん 牛乳 きゅうり しお まくろのあぶらづけ(こめゆ)	***	牛みナこ □ ○ ○ ○ △ △ △ □ ○ □ △ △	まんれんではん 生乳 がたにく せいうふ ねぎょく じん はん とまく じん はん はんら ララそ みりん でまって フェラウ しょうかん できられん こうすく しょうかん こうすく しょうかん きゅう しょうかん きゅう しょうかん きゅうれんそう		特じいがれる 1000000000000000000000000000000000000	かめごはん 別かのてんぷら (全国) かのてんぷら (全国) かってんぷら (全国) かったんのきんびら (地) かめ 牛乳 けいにく せいしゅ からいこんにく せいしゅ からいこんにもない こんにもない こばおった としお にんじんだまない ごばつつねぎ さうすくちしょうゆ こいく いか	
んだて こんだてざいりょ	- ひょうごあんぜ	たのひこんだ そしる うごしのいたさ ティック (ごいこん いふ)	めに ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	牛? (ごも) □ ○ △ △ ○ ○ ○ △ △ △ △ △ △ △ △ △ △ △ △	ーしょくいくのひーはんといくのひーはんといくにまめらいというにはん 生乳 たまにものり たましたがらいたが たまればん あんれば こかまぶさ だっていない あがい まがい かい		牛 イベジチョ □ ○ □ ○ △ △ △ △ □ □ △ △	タリアンスパゲティジタブルフリッター(とコクリーム パン 牛乳 スパゲティベーコン たまねぎ にんじん しめじ パセリ サラマトケランノ ちゅうのうソース しお こしょう じゃがいも たまねぎ にんじん さしなう じゃがいも たまねぎ にんじん さっしかいも たまねぎ にんじんしがいも たまねぎ にんじんしがいも たまれず にんじん しがいも たまれず にんじん しがいも たまれず にんじん しがいも たまれず にんじん しがいも たまれず にんじん しがいも たまれず にんじん しがいち こしゃっし こし こしゃっし こし こし こしゃっし こし こし こし こし こし こし こし こし こし こし こし こし こし	'n	年きた □○△△△△○□ □○△	でごとんぶり しっちのすのもの くあんのごまあえ ごはん けいにく しいたけ たまねぎ にんじん はねぎ たまご さとう みりん うすくちしょうゆ けずりぶし(だし) でんぷん 牛乳 きゅうり しお まぐろのあぶらづけ(こめゆ) わかめ	***	牛みナこ□ ○ ○ ○ △ △ △ □ ○ □△ △ △ △ □ ○ □	はん キチゲ なル たつなとれんこんのか ではん 牛乳 ぶたにしゅ とうふったまさいらん にもうずあぶら はんじん にもうずあぶら みりあるがら みりあるがっすく もやし ほうれんそう にんじん にもうそうれん できるかりない。 できるかりない。 できるかりない。 できるかりない。 できるかりない。 できるかりない。 できるかりない。 できるかりない。 できるかりない。 できるかりない。 できるかし、 できるかし、 できるかし、 できるかし、 できるかし、 できるかし、 できるかし、 できるかし、 できるかし、 できるかし、 できるかし、 できるかし、 できるかし、 できるから、 できるかし、 できるから、 できるかし、 できるかし、 できるかし、 できるかし、 できるかし、 できるかし、 できるかし、 できるから、 できるかし、 できるから、 できるかし、 できるかし、 できるかし、 できるかし、 できるから、 できるかし、 できるない。 できるなななななななななななななななななななななななななななななななななななな		特にいれる	かめごはん 別かのてんぷら (全国) かってんぷら (全国) かってんぷら (全国) かってんぷら (全国) ではんわかめ 牛乳 けいにく (はいしゅ がらい でした (はいしず あいらい) でした (しおした (はいし おいとまく さらしい さら しょう (しい かいし という (いかい しょう) ここでんぷらこ (こう (いき) (いかい しょう) ここでんぷらこ (こう (いき) (いかい しょう) ここでんぷらここ	
んだて こんだてざいりょ	- ひょうごあんぜ	たのひこんだ そしる うごしのいたさ ティック (ごいこん いふ)	めに ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	牛? (ごも) □ ○ △ △ ○ ○ ○ △ △ △ △ △ △ △ △ △ △ △ △	ーしょくいくのひー はん そかじる さくにのごはん 牛乳 たましいさからいとのからないです。 たまんじさのからいです。 たまんじさがいまからでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これ		#: イベチ: □ ○ □ ○ △ △ △ □ □ △ △ △ △	タリアンスパゲティジタブルフリッター(とコクリーム パン 牛乳 スパゲティベーコン たまねぎ にんじん しめじ パセリ サラマトケチャップ ちゅうのうソース しお こしょう じゃがいも たまねぎ にんじん さしなう ともなら ともなら ともなら ともないん ともないん ともないん ともないん	'n	年きた □○△△△△○□ □○△ ○○□	でごとんぶり しっちのすのもの くあんのごまあえ ごはん けいにく しいたけ たまねぎ にんじん はねぎ たまご さとう みりん うすくくちしょうゆ けずりぶし(だし) でんぷん 牛乳 きゅうり しお まぐろのあぶらづけ(こめゆ) わかめ ごま こめず	***	牛みナご□ ○ ○ ○ △ △ △ □ ○ □□ △ △ △ □ □	はん キ乳 ではん 大子ゲ なかしまったとれんこんのか ではん 本乳 がたにくしゅ とうまねざいもんにもうまないがん にもうずあがら みかりあがらっすくちしょうゆ もうれいん もうれいん ではんじん にもうがあがらっするから かっするかし にんじん にもうそうしょうゆ		年じいがれ □○○○○□○△ △△△△□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□	かめごはん れいのてんぷら (全略) かのてんぷら (全略) こんのきんびら 中乳 けいにく せいラダふ とこんじんだいしゅ サラシムにんれないしたまさい にんはまさいっとしまうしいしたまさらっといいしたまさらっといいかおうここでんぷら べーコン	
んだて こんだてざいりょ	- ひょうごあんぜ	んのひこんだ そしる らこしのいたは ティック (で) こいこん いふ い こい こん い い こ い こ い こ い こ い こ い こ い こ い	めに ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	牛? (ごも) □ ○ △ △ ○ ○ ○ △ △ △ △ △ △ △ △ △ △ △ △	ーしょくいくのひーはんといくのひーはんといくにまめらいというにはん 生乳 たまにものり たましたがらいたが たまればん あんれば こかまぶさ だっていない あがい まがい かい		牛?: (**) 「日本・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	タリアンスパゲティジタブルフリッター(とコクリーム パン 牛乳 スパゲティベーコン たまいじん しめじ パセリ サラマトかのうソース しおこしょう じゃがいも たまれじん さやいんげん ポークウインナー しお てんぷらこ(こめこ) コーングリッツ	'n	年きた □○△△△△○□ □○△ ○○□	でごとんぶり しっちのすのもの くあんのごまあえ ごはん けいにく しいたけ たまれで たおじん はねぎ たまさう みりん うすくちちしょうゆ けずりぶし(だし) でんぷん 牛乳 きゅうり しお まぐろのあぶらづけ(こめゆ) わかめ ごま こめずっちっとう といったがった。 さとう こった。	***	生み力ご □ ○ ○ ○ △ △ △ □ ○ □ △ △ △ △	はん キチゲ なル たつなとれんこんのか ではん 牛乳 ぶたにしゅ とうふったまさいらん にもうずあぶら はんじん にもうずあぶら みりあるがら みりあるがっすく もやし ほうれんそう にんじん にもうそうれん できるかりない。 できるかりない。 できるかりない。 できるかりない。 できるかりない。 できるかりない。 できるかりない。 できるかりない。 できるかりない。 できるかりない。 できるかし、 できるかし、 できるかし、 できるかし、 できるかし、 できるかし、 できるかし、 できるかし、 できるかし、 できるかし、 できるかし、 できるかし、 できるかし、 できるから、 できるかし、 できるから、 できるかし、 できるかし、 できるかし、 できるかし、 できるかし、 できるかし、 できるかし、 できるから、 できるかし、 できるから、 できるかし、 できるかし、 できるかし、 できるかし、 できるから、 できるかし、 できるない。 できるなななななななななななななななななななななななななななななななななななな		年じいがれ □○○○○□○△ △△△△□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□	かめごはん (全) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本	
んだて こんだてざいりょ	- ひょうであんぜ	んのひこんだ そしる らこしのいたさ ティック (** ごいこん いふ い こし い に い こ に い こ に い に い に い に い に い に い に	めに ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	牛いごも □ ○ △ △ ○ ○ ○ △ △ △ △ △ □	ーしょくいくのひーはんといくのひーはんといくにからいしている。 ではん 中乳 おきにんがらずる はん 中乳 おきにんがいがい かあれる こうさい かあれる こうさい かっぱい かっぱい かっぱい かっぱい かっぱい かっぱい かっぱい かっぱ		牛 イベチョ □ ○ □ ○ △ △ △ △ □ □ □ △ △ △ ○ □ □	タリアンスパゲティジタブルフリッター(とジタブルフリッター(とジョンフリーム) パン 牛乳 スパゲティベニ おいじん しめじ パラマトうの ブラ しお こしょう じゃまねじん しかけん ボーク しお こんぷらこ (こめこ) コ ぶ いら		年きた 0044400 004 000 0	でごとんぶり はし もうりのすのもの くあんのごまあえ ごはん けいにく しいたけ たまがらい にんじが にんじが にんじずりがし(だし) でんぷん 牛乳 きゅうり しお まぐろのあぶらか(でかの) わかめ ごま こめずっちしょうゆ しかがめでま このあがらかけでかがり このあがらかけでかがり このあがらかけでかがり このあがらかり このあがらかりたっちしょうゆ しお まぐろのあぶらが(でかの) もっちとう うすくちしょうゆ	***	中部ナンで □ ○ ○ ○ △ △ △ △ □ ○ □ ○ △ △ △ □ □ □ ○ ○	はん そチゲムル たいなとれんこんのか ではん 牛乳 ぶたにしゅ たまくもじん にもうずるがら みかりまっクちし もやうしにもうがら かっすくしまうから もやしにもうがら もやしにもうがら もやしにもうがら もやしにもうがら もやしにもうがら もやしにもうがら まっすくしょうゆ もうれじん でまるいとう。 できまるがら できまるがら できまるがら できまるがら できまるがら できまるがら できまるがら できまるがら できまるがら できまるがら できまるがら できないしん にもうがら できないした。 できない。		年じいがれる	かれるがいてんぷららいではんのではんがあってんぷららいでもんがらられていました。 ではんめ 中乳 けいいしゅあぶらい ではかめ 中乳 けいいしゅあぶらい さいさい からい ここと からい しょう こう しょう しょう しょう しょう しょう しょう こう かい しい しい しょき いっと しい かい しょう こう	
んだて こんだてざいりょ	- ひょうごあんぜ	んのひこんだ そしる らこしのいたさ ティック (** ごいこん いふ い こし い に い こ に い こ に い に い に い に い に い に い に	めに ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	芋いごも □ ○ △△○○○○△△ ○ ○○△△△△△ □ △△△	ーしょくいくのひーはん。 そかじる。まからくしいではん。 生たいじる。まからないではん。 生たいではん。 生たいではん。 生たいではなが、これではないでは、まないで		牛?: (**) 「日本・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	タリアンスパゲティジタブルフリッター(とコクリーム パン 牛乳 スパゲティベーコン たまいじん しめじ パセリ サラマトかのうソース しおこしょう じゃがいも たまれじん さやいんげん ポークウインナー しお てんぷらこ(こめこ) コーングリッツ	'n	年きた □○△△△△○□ □○△ ○○□	でごとんぶり しっちのすのもの くあんのごまあえ ごはん けいにく しいたけ たまれで たおじん はねぎ たまさう みりん うすくちちしょうゆ けずりぶし(だし) でんぷん 牛乳 きゅうり しお まぐろのあぶらづけ(こめゆ) わかめ ごま こめずっちっとう といったがった。 さとう こった。	1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	年 が ナ こ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □	はん そチゲムル たっなとれんこんのか ではん 牛乳 ぶたにしゅ たまくさじん にらうずあぶら おっすくちし もうれんらうできるクストー でしたものが、 だいしか。 たんじん にううずめが、 でしたものが、 でしたものが、 でしたものが、 でしたものが、 でしたものが、 でしたものが、 でしたものが、 でしたものが、 でしたものが、 でしたものが、 でしたものが、 でしたものが、 できるのできるのできるのできるのできる。 できるのできるのできる。 できるのできるのできる。 できるのできるのできる。 できるのできるのできる。 できるのできるのできるのできる。 できるのできる。 できるのできる。 できるのできる。 できるのできるのできる。 できるのできる。 できるのできるのできる。 できるのできるのできる。 できるのできるのできる。 できるのできるのできる。 できるのできるのできる。 できるのできるのできる。 できるのできるのできる。 できるのできるのできる。 できるのできる。 できるのできるのできる。 できるのできる。 できるのできるのできる。 できるのできるのできる。 できる。 できるのできる。 できるのできる。 できる。 できるのできる。 できるのできる。 できる。		牛乳でいれれ □○ ○ ○ □○△ △△△△△□ ○ □□□ ○△△ △	かれた ではん かか ではん かかめ ではん かかめ ではん かかめ 中乳 けいしんのきん かかめ 中乳 けいしん からい こんのきん かかめ 中乳 けいしん あい くしん しん おんしん おんしん おんしん おんしん おんしん さんしん いか しんしまき ごううこ いか しんこう ちんじん かいし しょき ごうしょう かん いっしん いかし ここて あい でんしん はんしん いんしん しんしん しんしん しんしん しんしん しんしん し	
んだて こんだてざいりょ	-ひょうごあんぜ -ひょうごあんぜ 中別、ぶつつらうそ さつまいもス ○ 牛乳	んのひこんだ そしる らこしのいたさ ティック (** ごいこん いふ い こし い に い こ に い こ に い に い に い に い に い に い に	めに ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	<u> </u>	ーしょくいくのひーたん。 そかじる。		牛?: (**) 「日本・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	タリアンスパゲティジタブルフリッター(とジタブルフリッター(とジョンフリーム) パン 牛乳 スパゲティベニ おいじん しめじ パラマトうの ブラ しお こしょう じゃまねじん しかけん ボーク しお こんぷらこ (こめこ) コ ぶ いら		年きた	でごとんぶり はし もうりのすのもの くあんのごまあえ ごはん けいにく しいたけ たまがらい にんじが にんじが にんじが にんじが にんじが たまご さかりん うすくちちしょうゆ けずりぶし(だし) でんぷん 牛乳 きゅうり しお まぐろのあぶらが(こめゆ) わかめ ごま こめず こちもしようゆ たまごうか たまごうか たまごうかり たいでんぷん 大乳 きゅうり しお まぐろのあぶらが(こめゆ) たっちしょうゆ たっちした たっちっちした たんじが たんじが たんじが たんじが たんじが たっちった。 たんじが たった。 たんじが たった。 たんじが たった。 たんじが たった。 たんじが たった。 たんじが たった。 たんじが たった。 たんじが たった。 たんじが たった。 たんじが たった。 たんじが たった。	***	牛みナご □ ○ ○ ○ △ △ △ □ □ □ □ ○ △ △ △ □ □ □ ○ ○ △ △ △ △	はん キ乳 ではん ・ ではん ・ ではん ・ ではいしゅとうまないじん にらうずあがら ・ かりああがらったしょうか ・ ではいいがらいましょうか ・ ではいいがらいましょうか ・ ではいいがらいましょうか ・ ではいいがらいましょうか ・ ではいいがらいましょうか ・ できないとうまのでは、これにいいった。 ・ できないとうない。 ・ できないとうないという。 ・ できないという。 ・ できないといきないといきないといきないといきないといきないといきないといきないと		年までいれる □○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	かれている。 ではんん はいい からい とう でいっと いっと いっと いっと いっと いっと いっと いっと いっと いっと	
んだて こんだてざいりょ	-ひょうごあんぜ -ひょうごあんぜ 中かんのつかできる。 あがっまいもス ○ 牛乳 がいできる。 一 ごはん ○ 牛乳	んのひこんだ そしる らさしのいたと ティック () だいこん いふ	Ø)[Z	芋いごも □ ○ △△○○○○△△ ○ ○○△△△△△ □ △△△	ーしょくいくのひー はん そかしる。 さいしにある。 さいしためのではん。 生まんけるのではん。 生まんけるのではん。 生まんけるのではん。 生まんけるのではん。 たにあるたまできないからいでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これ		牛?: (**) 「日本・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	タリアンスパゲティジタブルフリッター(とジタブルフリッター(とジョンフリーム) パン 牛乳 スパゲティベニ おいじん しめじ パラマトうの ブラ しお こしょう じゃまねじん しかけん ボーク しお こんぷらこ (こめこ) コ ぶ いら		年きた	でごとんぶり はし もうりのすのもの くあんのごまあえ ごはん けいにく しいたけ たまがらん はねぎ にんじがらいくちしょうゆ けずりぶし(だし) でんぷん 牛乳 きゅうり しお まぐろのあぶらかけでかめ) わかめ ごま こめずっちしょうゆ たきとう たっちっちしょうゆ けずりがいてんがん 大乳 きゅうり しお まぐろのあがらがになかり わかめ ごま こめずっちしょうか たさとう たっちっちしようか たっちっちっちっちっちっちっちっちっちっちっちっちっちっちっちっちっちっちっち	1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	牛みナこ □ ○ ○ ○ △ △ △ △ □ ○ □ □ □ ○ △ △ △ □ □ □ □	はん キ乳 ではん ・ はん ・ はいしゅとうまさいしん にらうずあがらったいじん にらうずあがらったがらがあったがです。 ・ できないしんできない。 にらうがあがらったができない。 ・ できないではいい。 ・ できないではいが、 ・ できないではいい。 ・ できないではいい。 ・ できないできない。 ・ できないできないできない。 ・ できないできないできない。 ・ できないできないできない。 ・ できないできないできないできない。 ・ できないできないできない。 ・ できないできないできないできない。 ・ できないできないできない。 ・ できないできないできないできない。 ・ できないできないできないできないできないできないできないできないできないできない		年までいれる □○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	かれ、ボッスのような (全) (全) (全) (全) (を) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で	
んだて こんだてざいりょ	-ひょうごあんぜ -ひょうごあんぜ 中別、ぶつつらうそ さつまいもス ○ 牛乳	んのひこんだ そしる らこしのいたは ティック (** こいこん いふ い い い い い い い い い い い い い い い い い い	めに ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	牛いざも □ ○ △ △ ○ ○ ○ ○ △ △ △ △ △ □ △ △ △ ○ □	ーしょくいくのひーたん。 そかじる。 さいしては、 とかにこのでは、 とかにこのでは、 とかしためでは、 というにのでは、 というにのでは、 というに、 という。 というに、 というに、 というに、 というと、 というと、 というと、 というと、 というと、 というと、 というと、 という。 というと、 という。 といっと、 という。 といっと、 といっと、 といっと、 といっと、 といっと、 といっと、 といっと、 といっと、 といっと、 といっと、 といっと、 といっと、 とい。 といっと、 といっと、 と、 と、 と、 と、 と、 と、 と、 と、 と、 と、 と、 と、 と		牛?: (**) 「日本・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	タリアンスパゲティジタブルフリッター(とジタブルフリッター(とジョンフリーム) パン 牛乳 スパゲティベニ おいじん しめじ パラマトうの ブラ しお こしょう じゃまねじん しかけん ボーク しお こんぷらこ (こめこ) コ ぶ いら		年きた	でごとんぶり はし もうりのすのもの くあんのごまあえ ごはん けいにく しいたけ たまがらん はねぎ にんじがらいくちしょうゆ けずりぶし(だし) でんぷん 牛乳 きゅうり しお まぐろのあぶらかけでかめ) わかめ ごま こめずっちしょうゆ たきとう たっちっちしょうゆ けずりがいてんがん 大乳 きゅうり しお まぐろのあがらがになかり わかめ ごま こめずっちしょうか たさとう たっちっちしようか たっちっちっちっちっちっちっちっちっちっちっちっちっちっちっちっちっちっちっち	1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	牛みナご □ ○ ○ ○ △ △ △ □ □ □ □ ○ △ △ △ □ □ □ ○ ○ △ △ △ △	はん キ乳 ではん ・ ではん ・ ではん ・ ではいしゅとうまないじん にらうずあがら ・ かりああがらったしょうか ・ ではいいがらいましょうか ・ ではいいがらいましょうか ・ ではいいがらいましょうか ・ ではいいがらいましょうか ・ ではいいがらいましょうか ・ できないとうまのでは、これにいいった。 ・ できないとうない。 ・ できないとうないという。 ・ できないという。 ・ できないといきないといきないといきないといきないといきないといきないといきないと		年刊 いがれ 00000000000000000000000000000000000	かれ、	

○赤の食品…体をつくるもの(たんぱくしつ・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: 別製品: 小麦: かた: かた: そば: 落花生: 落花生: くるみ: (ピーナッツ)



学校給食献立表(林田中) 令和6年度1月分(1/8~1/31)

姫路市教育委員会

	1月27日(月)	1月28日(火)	1月29日(水)	1月30日(木)	1月31日(金)	1月平均	
こんだて	ではん 牛乳 ひめじおでん ひねどりのゆずソテー 全国学校 会ほろ	バン(ひょうごけんさんこむぎ) 牛乳 フェジョアーダ キャベツのあまずいため (全国学校 けいにくのバジルやき	ごはん 牛乳 ばちじる れんこんのおかかに 全国学校 ひじきのあぶらいため 給食週間	こんさいカレー(こめこ・もちむぎごはん) 牛乳 こまツナサラダ ヨーグルト 全国学校 給食週間	ではん 牛乳 とうもろこしのスープ すぶた あつあげのチリソース	栄養	達量
2	□ ごはん	ロパン	□ ごはん	ごはん	□ ごはん	エネルギー	746kcal
<i>ь</i>	○ 牛乳△ こんにゃく	〇 牛乳	○ 牛乳 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	□ もちむぎ ○ ぶたにく □ じゃがいも	○ 牛乳□ □□ △ とうもろこし	たんぱく質	27.6g
だて	しお ○ うずらたまご ○ さつまあげ	○ しろいんげん △ たまねぎ △ にんじん	□ ばち ○ あぶらあげ △ たまねぎ △ にんじん	△ たまねぎ △ にんじん △ だいこん	○ たまご	脂質	29.5%
ざ い り	□ じゃがいも △ だいこん △ れんこん □ あつあげ	□ じゃがいも △ パセリ □ サラダあぶら	△ しいたけ △ はねぎ うすくちしょうゆ № こいくちしょうゆ №	△ れんこん △ セロリ △ しょうが △ にんにく	チキンスープ でんぷん うすくちしょうゆ しお こしょう	カルシウム	341mg
よ	うすくちしょうゆ 🎠	ポークスープ	ポークスープ けずりぶし(だし) / ぱー	│□ サラダあぶら ポークスープ	○ ぶたにく△ しょうが	鉄	2.4mg
う	みりん △ しょうが こいくちしょうゆ	ラスターノース トマトケチャップ □ さとう ワインふうちょうみりょう	○ けいにく △ れんこん △ こんにゃく しお	トマトケチャップ ウスターソース カレーこ ガラムマサラ	こいくちしょうゆ ♥ せいしゅ □ じゃがいも □ あぶら	А	260μgRAE
	だしじる	- しお こしょう	△ にんじん ○ ちくわ	パプリカ こいくちしょうゆ 🍖	△ にんじん △ ピーマン	ビ B1 タ	0.44mg
	△ ‡ャベツ △ にんじん △ とうもろこし	△ キャベツ △ にんじん	- △ さやいんげん ○ かつおぶし うすくちしょうゆ 🍖	みりん □ こめこ しお	△ たけのこ △ しいたけ □ サラダあぶら トマトケチャップ うすくちしょうゆ	ミ シ B2	0.51mg
	□ サラダあぶら しお	○ ポークハム □ サラダあぶら	こいくちしょうゆ りん	こしょう () 牛乳	こめず さとう	С	23mg
	こしょう こめず □ さとう	こめず □ さとう しお	□ さとう □ サラダあぶら	△ こまつな △ キャベツ	□ デキンスープ □ でんぷん ○ あつあげ	食塩相当量	2.8g
	うすくちしょうゆ △ ゆずかじゅう	□ ごまあぶら ○ けいにく	○ ひじき △ にんじん ○ あぶらあげ	□ まぐろのあぶらづけ(こめゆ)□ とうもろこし□ ひじき	○ ベーコン △ たまねぎ △ しょうが	食物繊維	5.7g
	○ まぐろのあぶらづけ(こめゆ) △ しょうが △ グリンピース	しお こしょう ワインふうちょうみりょう	○ ベーコン △ さやいんげん □ サラダあぶら	□ サラダドレッシング こめず しお	□ サラダあぶら ポークスープ □ さとう こいくちしょうゆ トマトケチャップ	マグネシウム	94mg
	せいしゅ さとう うすくちしょうゆ	バジルペースト	□ さとう うすくちしょうゆ ੈ こいくちしょうゆ ੈ	からし	トウバンジャン □ でんぷん □ ごまあぶら	亜鉛	3.5mg

作ってみませんか?

1月21日(火)-



給食では、 米粉のてんぷら粉を 使用しています。

ベジタブルフリッター(米粉)

材料 5人分 分量(g)

じゃがいも 50
たまねぎ 50
にんじん 25
さやいんげん 25
ウインナー 50
「塩 1
てんぷら粉(米粉) 50
コーングリッツ 25
└水 60
揚げ油 適量

[作り方]

- ①じゃがいもは短冊切り、たまねぎ、 にんじんはせん切りにする。
- ②ウインナーは輪切り、さやいんげ んは2~3cmに切る。
- ③てんぷら粉を水で溶き、塩とコー ングリッツを混ぜる。
- ④③に①②を入れて混ぜ、油で揚 げる。

コーングリッツとはとうもろこしを乾 燥し、皮と胚芽を取り除いて、あらび きにしたものです。ご家庭ではコーン フレークを細かく砕いたもので代用 できます。

知っていますか?

- 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。 ●明治22年
- 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。 ●昭和7年頃
- ●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。
- 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 ●昭和21年 学校給食が再開されました。 12月24日

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



姫路市では、全国学校給食週間にちなみ、地産地消 推進のために兵庫県の特産物を生かした献立を取り 入れています。

1/24 (金) ◆じゃぶ…岩津ねぎ(兵庫県産) 兵庫県新温泉町の郷土料理です。

1/27 (月) ◆姫路おでん…れんこん (姫路市産)、淡路産たまねぎ入り天 うす味で煮込んだおでんに「しょうがじょうゆ」をかけて食べます。

◆ひねどりのゆずソテー…ひねどり(兵庫県産)、ゆず果汁(姫路市産)

1/28 cm ◆パン (兵庫県産小麦) ···兵庫県産の小麦を100%使用しています。

◆フェジョアーダ…姉妹都市ブラジルのクリチバ市の料理です。

1/29 (xx) ◆ば方汁…ばち(兵庫県産) 「揖保乃糸ばち」の入った播州地方の郷土料理です。

◆れんこんのおかか煮…れんこん(姫路市産)

1/30(未) **◆もちむぎごはん**…もちむぎ (福崎町産)

◆根菜カレー (米粉) …れんこん (姫路市産)

◆こまツナサラダ…小松菜(姫路市産)



○赤の食品…体をつくるもの(たんぱくしつ・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)



















