



令和6年度 1月の学校給食予定献立表



大和町学校給食センター

日	曜	給食のない学校 学年	スプーン	献立名	赤の食べ物		緑の食べ物		黄の食べ物		栄養価・小		栄養価・中	
					血や筋肉や骨になる (たんぱく質・カルシウム)		体の調子を整える (ビタミン・ミネラル)		熱や力になる (炭水化物・脂質)		エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)
始業式														
8	水													
9	木	宮床小学校6年1組 S・Kさん リクエストメニュー		わかめごはん 白身魚フライ(パックソース) ごぼうサラダ 豚汁	牛乳 豚肉 わかめ ホキ ハム 豆腐 みそ	にんじん ごぼう だいこん 根菜ねぎ	ごぼん 砂糖 パン粉 小麦粉 でん粉 米白絞油 こま 米サラダ油 じゃがいも エッグフリーマヨネーズ				663	852	25.9	31.6
10	金	吉岡小学校6年4組 S・Hさん リクエストメニュー 落合小6年	◎	ホークカレー (麦ごはん・ホークカレーの具) かいそうサラダ ヨーグルト	牛乳 豚肉 荳わかめ わかめ 白とさか 昆布 赤とさか ヨーグルト	青しそ グリンピース にんじん きゅうり たまねぎ とうもろこし にんにく もやし むめ バイナップル バナナ マンゴー りんご レモン	ごぼん 大麦 米サラダ油 じゃがいも 砂糖 カレールウ ドレッシング				698	877	22.6	26.7
成人の日														
14	火	吉岡小学校6年1組 S・Yさん リクエストメニュー		ごぼん さばの塩焼き 枝豆とウィンナーのソテー さつまいも	牛乳 ウィンナーソーセージ かつお節 鶏肉 豆腐 油揚げ みそ	えだまめ にんじん とうもろこし ごぼう だいこん 根菜ねぎ 乾しいたけ	ごぼん 米サラダ油 バター さつまいも				728	932	30.0	37.0
15	水	大和中3年 宮床中3年	◎	ココアパン 味付け肉団子(小2個・中3個) プロッコリーとえびのガーリックソテー コンスープ	牛乳 鶏肉 えび 白いんげん豆 脱脂粉乳 クリーム	にんじん プロッコリー たまねぎ とうもろこし にんにく	パン 砂糖 ココア マーガリン パン粉 大豆油 水あめ 砂糖 オリーブ油 じゃがいも バター ベジマメルソース ポスタージュルウ				667	869	26.1	33.9
16	木	落合小4年5年		ごぼん いか天ぷら 豚肉とごぼうのしくれ煮 油ふと小松菜のみそ汁	牛乳 豚肉 いか 鶏卵 豆腐 みそ かたくちいわし	ごまつな にんじん ごぼう しょうが だいこん 根菜ねぎ	ごぼん パーム油 小麦粉 植物油 でん粉 米白絞油 三温糖 米サラダ油 じゃがいも 油ふ				688	851	25.5	30.0
17	金			ごぼん 国産納豆(たれ付き) プロッコリーのおかかマヨ和え 煮込みおでん	牛乳 大豆 ハム かつお節 さつまいも かんもどき ちくわ 昆布	にんじん プロッコリー きゅうり だいこん	ごぼん 砂糖 エッグフリーマヨネーズ 三温糖				634	792	27.0	31.1
20	月	小野小3年・ もみじ3年	◎	ごぼん 春巻き まめまめサラダ 八宝菜	牛乳 豚肉 いか えび 大豆粉 大豆 ハム 鶏卵	えだまめ グリンピース にんじん キャベツ しょうが たまねぎ だしのこ とうもろこし にんにく はくさい もやし 乾しいたけ	ごぼん 米サラダ油 三温糖 ごま油 でん粉 小麦粉 水あめ ラード はるさめ 植物油 砂糖 米白絞油 ドレッシング				735	950	26.4	33.2
21	火	吉岡小学校6年2組 T・Iさん リクエストメニュー		ごぼん さばのみそ煮 わかめとツナのサラダ にらたま汁	牛乳 みそ わかめ きはだまぐろ かつお節 豆腐 鶏卵	にら にんじん きゅうり たまねぎ とうもろこし 乾しいたけ	ごぼん 砂糖 でん粉 菜種油 ごま油 ドレッシング				634	771	28.3	33.0
22	水	鶴巣小学校6年1組 T・Cさん リクエストメニュー	◎	食パン ミートオムレツ キャロットパ クリームシチュー	牛乳 脱脂粉乳 鶏卵 鶏肉 きはだまぐろ 白インゲン豆 クリーム	にんじん きゅうり たまねぎ ぶなめし	パン 砂糖 植物油 でん粉 米サラダ油 じゃがいも ホウイトルワ ベジマメルワ ドレッシング				625	807	26.1	32.8
23	木	吉岡小学校6年3組 M・Bさん リクエストメニュー		ごぼん ハンバーグデミグラスソース もやしナムル わかめのみそ汁	牛乳 豚肉 鶏肉 かたくちいわし みそ 油揚げ 豆腐 わかめ	にんじん にら きゅうり たまねぎ もやし 根菜ねぎ	ごぼん でん粉 小麦粉 ラード 砂糖 三温糖 植物油 ごま ドレッシング じゃがいも				589	760	24.0	29.4
24	金	岐阜県		ごぼん 肉汁うどん(小2個・中3個) けいちゃん焼き ワンタンスープ	牛乳 豚肉 鶏肉 みそ	にんじん にら キャベツ しょうが たまねぎ とうもろこし にんにく 根菜ねぎ メンマ もやし 乾しいたけ	ごぼん パン粉 でん粉 砂糖 小麦粉 水あめ 米サラダ油 ごま油 三温糖				578	754	23.7	30.0
27	月	北海道		ごぼん いわしの三平煮 小松菜のごま和え どさんこ汁	牛乳 豚肉 いわし 油揚げ かつお節 みそ 豆腐	ごまつな にんじん しょうが たまねぎ とうもろこし にんにく 根菜ねぎ もやし	ごぼん 砂糖 でん粉 ごま ごま油 三温糖 米サラダ油 じゃがいも バター				588	753	26.0	31.9
28	火	秋田県		ごぼん やさしいりかけ だし巻きたまご ひじきの炒り煮 だまご汁	牛乳 豚肉 鶏卵 かつお節 ひじき 大豆 鶏肉 鶏卵 あじ節 のり あん あおさ みそ	えだまめ かぼちゃ グリンピース せり にんじん ほうれんそう モロヘイヤ ごぼう だいこん おしいたけ	ごぼん でん粉 砂糖 植物油 米サラダ油 三温糖 たまごもち ごま 紫いも 水あめ				601	764	24.7	30.0
29	水	山梨県		ミルクパン いかメンチカツ(パックソース) きゅうりとメンマの和え物 かぼちゃほうとう風	牛乳 豚肉 脱脂粉乳 いか かつお節 油揚げ みそ かたくちいわし	かぼちゃ にんじん きゅうり ごぼう だいこん 根菜ねぎ メンマ 乾しいたけ	パン 砂糖 マーガリン でん粉 小麦粉 植物油 パン粉 米白絞油 ごま油 ラー油 ごま とうどん				638	839	26.6	34.3
30	木	沖縄県	◎	タコライス (麦ごはん・タコライスの具) まぜスープ アセロラゼリー	牛乳 豚肉 大豆 もすく 魚肉 かつお節 鶏卵 豆腐 寒天	青ピーマン 赤ピーマン トマト にんじん しょうが セロリ たまねぎ にんにく 根菜ねぎ えのきたけ ぶなめし アセロラ レモン	ごぼん 大麦 米サラダ油 小麦粉 三温糖 でん粉 砂糖 植物油 水あめ セリー				669	844	27.6	33.8
31	金	節分		ごぼん いわしのかば焼き じゃがいもそぼろ煮 なめこのみそ汁 福豆	牛乳 豚肉 いわし かたくちいわし みそ 豆腐 大豆	にんじん さやいんげん しょうが だいこん たけのこ たまねぎ 根菜ねぎ なめこ	ごぼん 米粉 でん粉 米白絞油 中さら糖 米サラダ油 じゃがいも 三温糖				631	808	28.6	35.1

- * 牛乳は毎日つきます。
- * **太字**は町内産や県内産の食材です。感謝して残さず食べましょう。
- * 都合により献立を変更する場合があります。
- * スプーンの欄に◎がついている日は、給食センターよりスプーンがつきます。

平均(基準)	小学校	中学校
エネルギー (Kcal)	648(660)	826(830)
たんぱく質 (g)	26.2(25.0)	32.1(31.0)
脂質 (g)	22.3(19.0)	26.6(23.0)
塩分 (g)	2.5(2.0)	3.3(2.5)

全国学校給食週間

がはじまります!

1月24日から30日は学校給食週間です。

学校給食の始まりは明治22年、山形県私立忠愛小学校で貧しい家庭の子供たちに提供したことが始まりといわれています。

『全国学校給食週間』は、昭和25年から始まった取り組みで、毎年学校給食への理解や関心を深めることを目的に実施されます。

大和町学校給食センターでは、学校給食の始まりを記念した学校給食週間メニューを実施します。

今年のテーマは、『給食を食べて、日本全国を旅しよう!!』です。北海道、秋田県、山梨県、岐阜県、沖縄県の郷土料理が登場します。お楽しみに。



たいわの食育かるたメニュー (1月17日)

れ 礼儀作法

食事中にも
学べるよ



カゼの子防 二こがたいせつ



☆はしは、きれいに洗って、毎日持ってきましょう☆

*大和町では「特定防衛施設周辺整備調整交付金」の補助を受けて給食費の無償化事業を実施しています。

今月の地場産品

☆町内産：米、根菜ねぎ、しいたけ、まいたけ

☆県内産：大麦、豚肉、鶏卵、大豆、さつまいも、油ふ、わかめ、荳わかめ、赤ピーマン、ごまつな、せり、にら、きゅうり、はくさい、なめこ