



こんだてひょう



2020年度
七滝中央小学校

日	曜	主食	牛乳	おかず	ざいりょう			エネルギー たんぱく質
					ねつやちからになる	ちやくやほねになる	からだのちょうしをととのえる	
8	金	むぎごはん		ばにくのすきやきふうにはるさめのマヨネーズあえ	こめ むぎ しらたき さとう はるさめ ごま マヨネーズ	ぎゅうにゅう うまく あつあげ ツナ	たまねぎ にんじん はくさい ねぎ きゅうり	585 22.0
12	火	ココアパン		ミートボールのトマト煮 ごぼうとナッツのカミカミサラダ ぼんかん	ココアパン じゃがいも ピーナツ あぶら アーモンド	ぎゅうにゅう ミートボール ミックスビーンズ いか	キャベツ にんじん たまねぎ トマト ごぼう きゅうり ぼんかん	648 25.6
13	水	たいめし		ぐぞうに ほうれんそうのだしまきたまご こうはくなます	こめ さとう あぶら さとも しらたまもち ごま	まだい とり ぎゅうにゅう かまほこ たまご こんぶ	にんじん ごぼう えだまめ ゆず きりぼしだいこん だいこん はくさい こまつな しいたけ	622 25.2
14	木	ナン		キーマカレー シーザーサラダ ヨーグルト	ナン あぶら クルトン ドレッシング	ぎゅうにく ぶたにく だいず ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんじん たまねぎ トマト セロリ パセリ レタス きゅうり コーン	600 23.4
15	金	むぎごはん		ぶたじる りっちゃんのにげんきサラダ ちくわの2しょくあげ	こめ むぎ こんにやく さとも さとう あぶら ごま	ぎゅうにゅう とうふ いりこ ぶたにく ハム こんぶ かつおぶし ちくわ あおのり	にんじん だいこん ごぼう ねぎ きゅうり キャベツ トマト コーン	655 26.0
18	月	むぎごはん		マーボー豆腐 パンサンスー ミルメーク	こめ むぎ さとう でんぷん ごまあぶら はるさめ ごま	ぎゅうにゅう ぎゅうにく とうふ ぶたにく ハム	にんじん たけのこ たまねぎ しいたけ ねぎ もやし きゅうり きくらげ	642 24.8
19	火	しょくパン		やさいスープ バーベキューチキン ポテトサラダ いちごジャム	しょくパン たまご じゃがいも	ぎゅうにゅう カクテルワインナー ハム とり	にんじん たまねぎ キャベツ コーン しめじ みずなりんご サラダ たまねぎ きゅうり	682 27.6
20	水	あかうしのぎゅうどん		こまつなとたまごのサラダ	こめ むぎ しらたき さとう アーモンド あぶら	わぎゅう たまご ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん ねぎ こまつな キャベツ	615 22.5
21	木	しょくパン		かぼちゃのクリームスープ イタリアンサラダ てづくりハンバーグ	しょくパン たまご ドレッシング パンこ	ぎゅうにゅう ぶたミンチ ぎゅうミンチ とり ミックスビーンズ	にんじん たまねぎ かぼちゃ コーン パセリ しめじ きゅうり ピーマン レタス	705 30.5
22	金	きりぼしだいこんのませごはん		チゲふうスープ きびなごカレーフライ カリカリきゅうり	こめ むぎ あぶら さとう ごま ごまあぶら	あぶらあげ とり ぎゅうにゅう いりこ きびなご ぶたにく	きりぼしだいこん にんじん にら しいたけ えだまめ キムチ チンゲンサイ しめじ きゅうり	608 24.1
25	月	セルフおにぎり		さつまじる さけしおやき つけものあえ	こめ むぎ さつまいも ごま こんにやく	ぎゅうにゅう とうふ とり いりこ さけ のり	だいこん にんじん ごぼう ねぎ キャベツ	583 27.0
26	火	クロワッサン		とうがんのスープらんぱくじだて とりくごめこトトロソース ばんかんゼリー	クロワッサン こめこ あぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう たまご とろにく	とうがん ねぎ えだまめ ばんかんゼリー	572 29.1
27	水	たかなごはん		みそだご汁 うまかコロッケ ゆずふうみサラダ	こめ むぎ ごま あぶら だんご さとも うまかコロッケ さとう	ぎゅうにゅう とり ちりめん	たかな だいこん にんじん ねぎ ごぼう ほうれんそう はくさい ゆず	735 22.5
28	木	きなこあげパン		たまごスープ かいそうサラダ フルーツヨーグルト	コッペパン あぶら こくとう じゃがいも でんぷん ごま さとう ごま	ぎゅうにゅう たまご きなこ かいそう ヨーグルト	たまねぎ にんじん コーン チンゲンサイ しめじ きゅうり もも みかん パイン	676 23.9
29	金	しそわかめごはん		いしかりしる ししゃもフリッター アスパラとコーンのサラダ	こめ むぎ こんにやく あぶら カシュナツツ さとう	わかめ ぎゅうにゅう さけ ハム あつあげ ししゃもフリッター	ゆかり にんじん だいこん ねぎ しめじ キャベツ コーン アスパラガス	635 24.8

☆献立は都合により変更する場合があります。

8日(水)の「ばにくのすきやきふうに」の馬肉は御船町畜産物活用促進のため御船町から提供されます。

13日の「たいめし」の真鯛は熊本県の国産水産物活用促進事業により提供されます。
20日(水)の「あかうしのぎゅうどん」の赤牛は熊本県の和牛等国産牛肉活用促進の補助事業により提供されます。

1月24日は「給食記念日」です

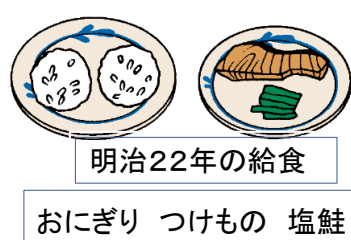
我が国における学校給食は、明治22年に始まって以来、各地に広がっていききましたが、戦争の影響などによって中断されました。戦後、栄養不足の子どもたちを救うために、アメリカなどから送られてきた食料を使って、昭和21年12月24日に給食用物資の贈呈式が行われ給食が再開されました。戦後の給食の再開を記念して、冬休み明けの1月24日を「給食記念日」としました。



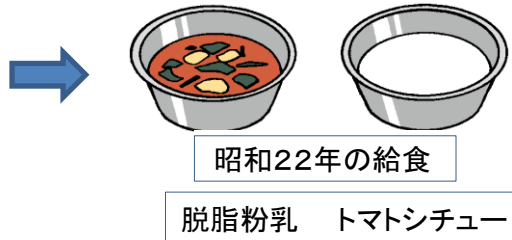
今年は24日の給食記念日を含む1週間、下記のとおりテーマにそった献立が登場します
25日…明治22年の日本で最初の給食の「おにぎり、塩鮭つけもの」
27日…熊本県の郷土料理「高菜ごはん、みそだご汁」と熊本市の児童のアイデア馬肉料理「うまかコロッケ」
29日…御船町と恐竜つながりで交流のある「北海道・むかわ町」でとれるししゃもを使ったフリッターと北海道の郷土料理「石狩汁」です



給食の歴史



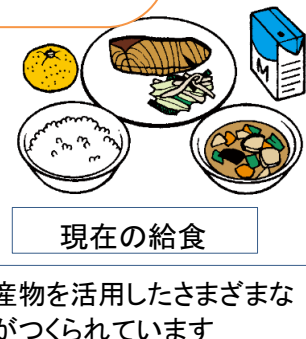
明治22年の給食
おにぎり つけもの 塩鮭



昭和22年の給食
脱脂粉乳 トマトシチュー



昭和27年の給食
脱脂粉乳 コッペパン 鯨肉の竜田揚げ キャベツ



現在の給食
地場産物を活用したさまざまな献立がつけられています