

1月 こんだて よていひょう

あけましておめでとうございます
湯前町学校給食共同調理場





日	曜	主食	牛乳	おかず	ざいりょう の おもなはたらき			栄養価		中止
					ねつやちからになる	ちやくくよほねになる	からだのちようしをととのえる	小学校	中学校	
8	水	せきはん おしょうがつメニュー	牛乳	ぞうに ぶりのてりやき こうはくなます	こめ もちごめ ごま もち さとう さといも こむぎこ	あずき ぎゅうにゅう とりにく かつおぶし ぶり	にんじん だいこん ごぼう しいたけ はくさい ねぎ	638 30.4	765 35.6	
9	木	ピザトースト	牛乳	トマトチキンスープ はくさいのちゅうかサラダ チーズ	しょくパン ジャがいも さとう ごまあぶら ごま こむぎこ	ぎゅうにゅう ベーコン チーズ とりにく かにかま チーズ ハム	ピーマン コーン にんにく たまねぎ にんじん かぼちゃ ブロッコリー はくさい きゅうり トマト	632 30.1	776 36.3	
10	金	むぎごはん	牛乳	にくじゃが もやしのカレーふうみサラダ みかん	こめ むぎ しらたき じゃがいも あぶら さとう	ぎゅうにゅう あつあげ ぎゅうにゅう いんげん ハム	しいたけ たまねぎ にんじん もやし きゅうり みかん	661 23.5	813 28.1	
14	火	むぎごはん	牛乳	みそけんちんじる さんまのゆずみそに トマトとツナのサラダ	こめ むぎ こんにやく	ぎゅうにゅう とうふ とりにく ちくわ かたくちいわし ツナ さんま	だいこん にんじん しいたけ ゆず ごぼう ねぎ トマト きゅうり コーン	624 26.1	784 31.3	
15	水	ココアパン	牛乳	ワントンスープ キャラメルポテト コーンサラダ	ココアパン ワンタン あぶら さつまいも さとう バター こむぎこ	ぎゅうにゅう ハム ぶたにく	にんじん しいたけ えのきたけ はくさい コーン キャベツ たまねぎ いんげん ねぎ	623 19.2	773 23.0	
16	木	しろごはん 湯前町の名菓	牛乳	だいこんのうまに だいすといりこのあけからめ かねだのくろぼう	こめ さとう あぶら こんにやく でんぶん いりごま こむぎこ かねだのくろぼう	ぎゅうにゅう とりにく あつあげ さつまあげ だいす いりこ かたくちいわし	だいこん にんじん ごぼう れんこん いんげん	647 27.6	746 31.9	
17	金	むぎごはん ごはんにかけてたべよう	牛乳	ポークカレー めキャベツとベーコンいため	こめ むぎ あぶら じゃがいも こむぎこ オリーブオイル	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ ベーコン	にんじん たまねぎ りんご にんにく マッシュルーム めキャベツ	661 24.4	822 29.1	
20	月	まぜごはん	牛乳	ごじる れんこんのキムチあげ	こめ さとう あぶら さといも こむぎこ	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ だいす かたくちいわし こんぶ	たけのこ にんじん ごぼう しいたけ だいこん れんこん ねぎ	564 19.6	652 22.0	
21	火	しろごはん	牛乳	はるさめスープ チキンなんばん ほうれんそうのごまあえ	こめ はるさめ ごま ごまあぶら こむぎこ でんぶん さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく かにかま たまご	キャベツ たまねぎ しいたけ きくらげ ねぎ にんじん ほうれんそう はくさい	747 26.1	907 30.9	
22	水	せわりパン パンにはさんでたべよう	牛乳	ポトフ さつまあげケチャップに フルーツクリーム	コッペパン さとう じゃがいも こむぎこ	ぎゅうにゅう さつまあげ ウインナー なまクリーム	たまねぎ キャベツ にんじん パナナ ブロッコリー もも みかん りんご いちご	645 23.6	796 28.6	
23	木	むぎごはん ごはんにかけてたべよう	牛乳	ちゅうかあん トマトサラダ	こめ むぎ あぶら ごまあぶら さとう でんぶん	ぎゅうにゅう ぶたにく ちくわ いか えび うずらのたまご	はくさい たまねぎ にんじん たけのこ ねぎ きくらげ トマト しょうが きゅうり キャベツ	544 22.5	686 26.5	
24	金	おにぎり 明治22年の給食	牛乳	だいこんのみそしる しゃけのしおやき べっこうづけ	こめ むぎ ごま	ぎゅうにゅう あつあげ わかめ しゃけ かたくちいわし	だいこん しめじ はくさい ねぎ べっこうづけ	537 25.9	636 28.4	
27	月	こしきごはん 大正時代の給食	牛乳	えいようみそしる かぶのなます	こめ むぎ さとう あぶら ごま さといも	ぎゅうにゅう ひじき とりにく あぶらあげ えだまめ あつあげ かたくちいわし	にんじん しいたけ だいこん しめじ ほうれんそう ねぎ かぶ	545 20.0	665 23.7	

給食には、どんな食材が使われているか確認してください。
旬の食材や地産地消の食材は、一口メモで紹介しています。
栄養バランスを考えて、なんでも食べましょう。

上:エネルギー量(kcal)
下:たんぱく質量(g)になり
ます。

※ 献立は都合により変更する場合があります。

湯前町学校給食共同調理場

日	曜	主食	牛乳	おかず	ざいりょう の おもなはたらき			栄養価		中止
					ねつやちからになる	ちやにくやほねになる	からだのちようしをととのえる	小学校	中学校	
28	火	むぎごはん 昭和10年代の給食		すいとん さわらさいきょうやき こまつなのおひたし	こめ むぎ こむぎこ しらたまこ さとう	ぎゅうにゅう とりにく スキムミルク さわら あぶらあげ かたくちいわし	ごぼう だいこん にんじん しいたけ こまつな もやし ねぎ	603 25.4	735 28.6	
29	水	コッペパン 昭和20年代の給食		クリームスープ くじらのたつたあげ サワーキャベツ	コッペパン さとう じゃがいも あぶら こむぎこ	ぎゅうにゅう ベーコン チーズ スキムミルク くじら	にんじん たまねぎ キャベツ レモン ブロッコリー マッシュルーム	602 25.3	769 31.5	
30	木	しろごはん		コーンとわかめのスープ チーズハンバーグ アーモンドサラダ	こめ パンこ さとう アーモンド	ぎゅうにゅう わかめ とうふ ぶたにく ぎゅうにく チーズ たまご	コーン たまねぎ にんじん キャベツ もやし	591 21.6	717 25.6	
31	金	むぎごはん		はくさいのとろとろスープ ぶたにくのブルコギ・ぶう ツナサラダ	こめ むぎ でんぶん さとう ごまあぶら ごま	ぎゅうにゅう たまご ぶたにく とりにく ツナ かたくちいわし かにかま	はくさい たまねぎ にんじん ねぎ にんにく しょうが コーン キャベツ きゅうり	618 28.6	713 32.7	

給食には、どんな食材が使われているか確認してください。
旬の食材や地産地消の食材は、一コマで紹介しています。
栄養バランスを考えて、なんでも食べましょう。

上:エネルギー量(kcal)
下:たんぱく質量(g)になります。

8日は水曜日なので、通常ならパンの日ですが、お正月メニューの関係で、9日にパンの日を移動させています。ご了承ください。

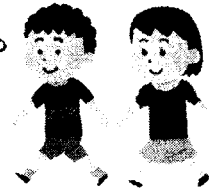
※ 献立は都合により変更する場合があります。

1月24日～1月30日は、全国学校給食週間

1月24日～1月29日の4回の給食で、昔の給食を出します。
昔の給食は、その当時の日本の様子がとても影響しています。量や味付けまでは再現できませんが、どのようなものが出ていたのかやその当時の日本のことについて、給食週間で学んでもらいたいです。
さまざまな時代の給食を食べて、今食べている給食に改めて感謝したり、自分の食事のマナーを見直したりするきっかけにしましょう。

湯前町の名菓を食べよう！

みなさんご存じの通り、湯前町にはおいしいお菓子屋さんがいくつもあります。
給食で湯前町の名菓を食べよう！ということで、今回登場する名菓は...



兼田製菓舗さんの『かねだの黒棒』

～兼田さんにインタビューしました！～

Q1 どのような想いで作られていますか？

湯前町を代表するようなお菓子として末永く愛されるように、1日1日を大切にしながら、お作りしています。

Q3 製菓店で大変なことはどのようなことですか？

安心して食べて頂けるよう、清潔に気をつかいます。それから、1年を通して同じ品質の商品を維持するのが大変です。

Q2 『かねだの黒棒』はどのようなお菓子ですか？

卵(あさぎり町産)、砂糖、小麦粉、黒砂糖などの原料を使い、うすく焼き上げ、三角にカットし、黒砂糖と水のみで黒蜜にからめています。余計な添加物を使用しない、素朴なお菓子です。

Q4 子どもたちにひとことお願いします。

安心して食べてください。