

令和4年

御嵩町学校給食センター

1月のよていにんだてひょう

学校給食週間 1/24(月)~1/28(金)

学校給食週間は、戦後の食糧がなくて子どもたちがおなかをすかせていた時に、外国からの救済物資で学校給食が再開されたことを記念しています。食べものや給食に感謝をし、食べる華の大切さについて、あらためて考える機会にしましょう。

向陽中学校 1年生チーム
中学校学校給食選手権

さいゆうしゅうしょうじゅしょう こんだて
最優秀賞受賞 献立



- 鉄カルたっぷり ぼた登ごはん
- 御嵩のどらあいカレー
- おいしくとれる鉄カルサラダ
- 御嵩の恵み 彩り豊かなエコスープ
- 鉄カル吸収 お助けみかん

25日「御嵩の鉄カルたっぷり ふるさと給食」

向陽中学校では家庭科の授業で1年生全員が給食の献立を考えます。その中からの代表献立が、中学校学校給食選手権で最優秀賞を受賞しました。

成長期に必要な鉄とカルシウムがいっぱいとれるように工夫し、そして御嵩町の食材をたくさん使うように考えてくれた献立です。みなさんに御嵩町の良さを味わいながら、元気に過ごしてほしいと願いが込められています。

金 7日 正月献立

いためなます

ぶりのてりやき

むぎごはん しらたまぞうに

小 664kcal 中 844kcal

| 月 10日 | 火 11日 | 水 12日 | 木 13日 | 金 14日 |
|--|---|--|--|---|
| <p>成人の日</p> <p>前日おぼえて 歳は足らない餅づくりを♪</p> <p>きりぼたにのんごまずあえ</p> <p>ぎょうざのあまずあん (小2, 中3)</p> <p>むぎごはん にくみそおでん</p> <p>小 658kcal 中 778kcal</p> | <p>きりぼたにのんごまずあえ</p> <p>ぎょうざのあまずあん (小2, 中3)</p> <p>むぎごはん にくみそおでん</p> <p>小 658kcal 中 778kcal</p> | <p>きゃべつサラダ(パンパンジードレ)</p> <p>◎カスタードプリン</p> <p>さわらのてりやき</p> <p>ちらしずし</p> <p>小 689kcal 中 834kcal</p> | <p>おからのミルクに</p> <p>とりにくのレモンあえ</p> <p>むぎごはん けんちんじる</p> <p>小 702kcal 中 887kcal</p> | <p>キャンデーチーズ(25)</p> <p>にんじんサラダ(やさしいっぴいドレ)</p> <p>オムレツ</p> <p>くろコッパン</p> <p>こんさいポトフ</p> <p>小 658kcal 中 709kcal</p> |
| <p>17日</p> <p>ビビンバ</p> <p>かぼちゃのてんぶら</p> <p>むぎごはん はるさめスープ</p> <p>小 638kcal 中 804kcal</p> | <p>18日</p> <p>そぼろごはんのぐ</p> <p>かきあげ</p> <p>むぎごはん すましじる</p> <p>小 631kcal 中 804kcal</p> | <p>19日 向陽中希望献立</p> <p>はるさめサラダ(パンパンジードレ)</p> <p>◎りんごゼリー</p> <p>とりのからあげ(小2こ, 中3こ)</p> <p>ラーメン</p> <p>小 672kcal 中 819kcal</p> | <p>20日</p> <p>さつまいもサラダ(かおりごまドレ)</p> <p>◎いよかん</p> <p>わかさぎのあまずかけ</p> <p>むぎごはん とうふとだいずのりからスープ</p> <p>小 646kcal 中 821kcal</p> | <p>21日</p> <p>コーンサラダ(やさしいドレ)</p> <p>タンドリーチキン</p> <p>はくさいのミルクスープ</p> <p>コッパン</p> <p>小 572kcal 中 724kcal</p> |
| <p>24日 給食センターリクエスト</p> <p>はくさいあえ(あおじドレ)</p> <p>あげどうふのおろしあんかけ</p> <p>ひつまぶし</p> <p>小 605kcal 中 738kcal</p> | <p>25日 給食選手権最優秀賞</p> <p>◎てつカル きゅうしゅうおたすけみかん</p> <p>おいしくとれる てつカルサラダ(パンパンジードレ)</p> <p>◎みたけのどらあいカレー</p> <p>ぼたまめごはん</p> <p>みたけのゆたかなエコスープ</p> <p>小 634kcal 中 750kcal</p> | <p>26日 みたけの味</p> <p>ぶどうまめ</p> <p>◎ごへだ</p> <p>けんちんうどん</p> <p>小 677kcal 中 837kcal</p> | <p>27日 図書献立「干したから」</p> <p>あじつけのり</p> <p>◎うめぼし</p> <p>きりぼしのうまに</p> <p>ししゃものいそべあげ</p> <p>わかめとこうやどうふのみそじる</p> <p>むぎごはん</p> <p>小 592kcal 中 750kcal</p> | <p>28日 やさいの日</p> <p>ごぼうのこまずあえ</p> <p>いかのてんぶら</p> <p>むぎごはん ちゃんこなべ</p> <p>小 642kcal 中 817kcal</p> |

31日

イタリアンサラダ(イタリアンドレ)

◎りんご

いわしのハーブフライ

むぎごはん しろみそじる

小 676kcal 中 832kcal

27日 図書献立「干したから・・・」

私たちの身近にある、干したものは、それは自然のめぐみと人の工夫のけっしょう。

野菜や魚、肉となる動物などのそさい。太陽の光。風。そして人の手。知恵。

そうしたもの、私たちは食べている。

干したから

27日の給食は、全ての料理に、干した食材が入っています。

御嵩町産の食べ物

白菜・大根
かぶ
ほうれんそう
みそ・だいず

★都合により、献立を変更することがあります。ご了承ください。

※◎印は学校配送 ※牛乳は毎日つきます。

