


令和6年（2024年） 1月 学校給食献立表


※すべての日に牛乳  がつきます。



九度山町学校給食センター

日	曜日	こんだてめい	ざいりょうめい 			エネルギー (kcal)
			おもにからだをつくるもの (あかのグループ)	おもにからだのちょうしをとるもの (みどりのグループ)	おもにエネルギーのもとになるもの (きいろのグループ)	
9	火	コッペパン			コッペパン	671
		ブラウンシチュー	ぎゅうにく、ぶたにく	たまねぎ、にんじん、しめじ、りんご、にんにく	じゃがいも	
10	水	マカロニサラダ	ハム	キャベツ、きゅうり、たまねぎ、にんじん	マカロニ、さとう、あぶら	819
		りんごジャム			りんごジャム	
11	木	ごはん			ごはん	663
		とりにく、のてりやき	とりにく	しょうが	さとう、かたくりこ	
12	金	こはく			こはく	826
		とりにく、ごぼう	あぶらあげ	だいこん、にんじん	さとう、ごま	
13	土	おそうじ		だいこん、にんじん、ねぎ	ちぢみ、さといも	613
		げんりょうパン			コッペパン	
14	日	やきそば	ぶたにく、いが、あおのり	キャベツ、たまねぎ、にんじん、にら	やきそばめん、あぶら	763
		にんじんしりしり	ツナ	にんじん、レモンかじゅう	ごま、さとう、ごまあぶら	
15	月	ごはん			ごはん	583
		こうやどうぶのうまに	とりにく、こうやどうぶ	だいこん、たけのこ、にんじん、いんげん	さといも、さとう	
16	火	かりかりじゃこ	がえりじゃこ		あぶら、さとう、ごま	715
		しゃきしゃきうめこんぶあえ	いとがまぼこ、しおこんぶ、かつおぶし	きゅうり、にんじん、きりほしだいこん、うめびしお	はちみつ	
17	水	キムチどん	ぶたにく	たまねぎ、はくさい、キムチ、はくさい、にら、にんじん、にんにく、しょうが	むぎごはん	677
		だいがくいも			さとう、ごまあぶら	
18	木	コッペパン			コッペパン	725
		ベストサンド	ベストサンド		あぶら	
19	金	ポイルキャベツ		キャベツ		852
		ソース				
20	土	あさりのチャウダー	あさり、とりにく、ぎゅうにく、うら、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、パセリ	じゃがいも、バター	610
		カレーライス			むぎごはん	
21	日	かいそうサラダ	ぎゅうにく、ぶたにく	たまねぎ、にんじん、いんげん、にんにく、しょうが	じゃがいも、あぶら	759
		ごはん			ごはん	
22	月	さけのしおやき	さけ			571
		(丸小5年はあゆのしおやき)	あゆ			
23	火	ごまあえ			ごま、さとう	695
		のっぺいじる	とうふ、あぶらあげ	はくさい、ほうれんそう	さといも、さとう、かたくりこ	
24	水	ごはん			ごはん	642
		てづくりとうふハンバーグ	ぶたにく、とうふ、たまご、ぎゅうにく	たまねぎ	パンこ、さとう、かたくりこ	
25	木	はくさいのしおこんぶあえ	しおこんぶ	はくさい、にんじん	ごま	795
		みぞしる	あぶらあげ	たまねぎ、にんじん、ねぎ	じゃがいも	
26	金	カットパン			コッペパン	659
		フルーツクリーム	なまクリーム	みかん、パイ、もち	ホイップクリーム、さとう	
27	土	ポークビーンズ	いんげんまめ、ぶたにく	たまねぎ、にんじん、いんげん、しめじ、トマト	じゃがいも、さとう、あぶら	814
		げんりょうわかめごはん			わかめごはん	
28	日	あんかけたまごとうどん	とりにく、たまご	にんじん、ねぎ、しいたけ、しょうが	うどん、かたくりこ	569
		ごぼうサラダ	ハム	キャベツ、ごぼう、ほうれんそう	ごま、あぶら、さとう	
29	月	ごぼう			ごま、あぶら、さとう	701
		とりにく、のバーベキューソース	とりにく	たまねぎ、りんご、にんにく	かたくりこ、あぶら、さとう	
30	火	はるさめスープ		ちやし、たまねぎ、にんじん、にら	はるさめ、かたくりこ	799
		みかん		みかん		
31	水	ごはん			ごはん	636
		くじらのたつたあげ	くじら	りんご、しょうが、にんにく	かたくりこ、あぶら	
32	木	ひじきナムル	ひじき	ちやし、たまねぎ、にんじん	ごまあぶら、さとう	789
		とうにゅうスープ	とうにゅう、ぶたにく	たまねぎ、こんにゃく、にんじん	じゃがいも	
33	金	ごはん			ごはん	637
		しらすいりてづくりかきあげ	しらす	たまねぎ、ごぼう、にんじん、ピーマン	さつまいも、ちぢみ、あぶら	
34	土	おなかあえ	かつおぶし	はくさい、ほうれんそう	さとう	786
		みぞしる	とうふ、あぶらあげ	だいこん、にんじん、こんにゃく、ねぎ		
35	日	コッペパン			コッペパン	586
		(わかやまけんさんこむぎ)				
36	月	ポルシチ	ぎゅうにく、ぶたにく、ソーダクリーム	たまねぎ、キャベツ、ピーズ、にんじん、トマト、しめじ	あぶら、さとう	718
		かぼちゃサラダ	ハム	かぼちゃ、きゅうり、たまねぎ	じゃがいも、さとう	
37	火	ごはん			ごはん	661
		マーボーあつあげ	あつあげ、ぶたにく	たまねぎ、たけのこ、にんじん、ねぎ、にら、しいたけ、にんにく、しょうが	さとう、ごまあぶら、かたくりこ	
38	水	ちゅうかサラダ	ハム	キャベツ、ちやし、きゅうり、にんじん	はるさめ、ごま、さとう、ごまあぶら	819

※材料等の都合により献立内容を変更することがあります。ご了承ください。

※おはしは毎日持ってきてください。スプーンマーク  の日にはスプーンがつきます。



給食だより



令和6年 1月

くどやまちょうがっこうきゅうしょくセンター
九度山町学校給食センター

新年明けましておめでとうございます。

楽しい冬休みを過ごせましたか？寒い日が続きますが、よく食べ、よく体を動かし、夜はしっかり休んで、元気に過ごしましょう。今年も安心・安全でおいしい給食を作っていきます。どうぞよろしくお願ひします。

さて、今の学年やクラスで給食を食べるのもあとわずかですね。給食時間を気持ちよく過ごせるように、今年の干支である「たつ（辰）」にちなみ、一人一人が給食の「たつ（達）人」を目指しましょう！



1月24日～30日は「全国学校給食週間」です

学校給食は、明治22年に山形県のお寺の中にあった小学校で、子どもたちに昼食を無償で提供したことが始まりとされています。その後、子どもたちの栄養を改善する方法として全国へと広がりました。現在では、単なる昼ごはんではなく、栄養バランスのとれた食事を通して、健康に良い食事のとり方、地域の産業や文化、食べものとそれに関わる人への感謝の気持ちなど、さまざまなことを学ぶ教材としての役割も担っています。

期間中には、和歌山県産の鯨肉や釜揚げしらす、みかんなどを活用して、和歌山県の食文化や地場産物について紹介していく予定です。また、30日のコッペパンには和歌山県産の小麦を使用します。現在、県内の学校給食用パンの小麦はすべてアメリカ産およびカナダ産です。国産小麦を使うのは費用の面で難しいのが現状です。そこで、県内の学校給食用パンに使う小麦を自分たちで育てようと、和歌山市内の保護者の方々が中心となってプロジェクトが立ち上がりました。今年もその活動で作った小麦を使わせてもらえることになりました。香りがとても良いのが特徴です。ぜひおうちでも感想を聞いてみてください。

しょうがく お正月の食べもの

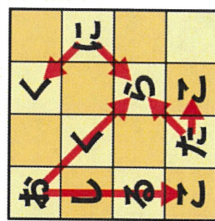
パズル

言葉

消し方のルール

- タテは上から下へ
- ヨコは左から右へ
- ナナメは ↘ ↙ どの方向へも

下の絵は、お正月に関連する食べものです。絵の名前の文字を消したあと、残った言葉を書きましよう。



ん	ぶ	こ	も	あ
り	こ	な	も	す
く	わ	い	て	た
づ	げ	も	だ	び
た	お	せ	ち	え

ヒント：お正月のあそび

こたえ：たこあげ