

1月学校給食献立予定表

日	曜日	献立名		あかいろのなかま		みどりいろのなかま		きいろのなかま		学校行事 & ひとくちメモ	
		主食	牛乳	おかず	たんぱく質	むきしつ	からだのしょうじをとのえるもの	ビタミン(しょうもつせんい)	たんすいかぶつ		ししつ
				1群	2群	3群	4群	5群	6群		
13	木	☆あけましておめでとう & おはなしきゅうしよく☆ ~おいしいおかゆ~		たまご みそ	ぎゅうにゅう	にんじん	かぶ はくさい	こめ さといも	こま	丹波給食の新年の定番! 献立。松風焼きとなますは、どちらもおせち料理のひとつです。今年の松風焼きは、にんじんの形で遊ぶ楽しみ「おみくじ」つきです。	
		おいしいそうすい	○	おみくじつき まつかせやき こうはくなますあえ ミニおしるこ		ふたにく とりにく かつおぶし ちくわ	ねぎ にんにく しょうが だいこん	パンこ しらたま あずき さとう			
14	金	とうにゅう たんたんラーメン	○	ちゅうかごもくいため ちゅうかドーナツ		ふたにく みそ とうにゅう たまご	ぎゅうにゅう にんじん しょうが にんにく しめじ ねぎ だけのこ もやし きくらげ	ちゅうかめん かたくりこ こむぎこ さとう くるさとう	こまあぶら あぶら こま	2学期の給食で、中学生だけの日に食べた豆乳坦々スープを、ラーメンにアレンジしました! ほかほか温まる冬メニューです。	
17	月	給食のはじまり~明治22年~		さけ	ぎゅうにゅう	こまつな	はくさい かぶ	こめ むぎ	こま	1/24~30は、全国学校給食週間です。そこで今週は、給食を食べながら、学校給食の歴史を楽しく学びましょう! 日本で初めての給食は、おにぎり、鮭の塩焼き、漬物です。	
		にしよくおにぎり	○	さけのしおやき ふゆやさいのおひたし きりほしだいこんのみそしる りんご		かつおぶし わかめ あぶらあげ みそ	きりほしだいこん えのき ねぎ りんご				
18	火	アメリカからの小麦粉で~昭和25年~		ふたにく とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	たまねぎ キャベツ とうもろこし グリーンピース オレンジ	パン ジャム じゃがいも さとう パンこ こむぎこ ホワイトルウ	マーガリン あぶら	戦後、少しずつ給食が再開され、この頃には、アメリカから配給された小麦粉や脱脂粉乳の給食が食べられました。パンは今のようになかまではなく、バサバサと食べにくかったようです。	
19	水	昭和給食の思い出の味! ?~昭和44年~		ふたにく	ぎゅうにゅう	にんじん トマト	たまねぎ セロリ マッシュルーム グリーンピース キャベツ きゅうり とうもろこし もも	ソフトめん	あぶら オリーブゆ ドレッシング	昭和の思い出の給食と言えば、ソフト麺を挙げる人も多いぞろ。皆さんの家族でも食べたことがある人がいるでしょうか。袋を開ける前に、麺を切るのが上手に食べるポイントです!	
20	木	米飯給食のはじまり~昭和52年~		ふたにく ベーコン たまご	ぎゅうにゅう	にんじん こなチーズ わかめ	しょうが にんにく たまねぎ りんご えのき だいこん キャベツ きゅうり バナナ	こめ むぎ カレールウ じゃがいも かたくりこ	あぶら	今日は違い、昔の給食は、パンが主流でした。そしてこの頃ご飯の給食が始まりました。大きな給食センターでご飯をまとめて炊いて、学校に運ばれたそうです。	
21	金	令和の献立☆中学校の先生希望献立		とりにく ふたにく みそ	ぎゅうにゅう	ブロッコリー にんじん ミニトマト	しょうが にんにく キャベツ こぼろ とうもろこし だいこん こんにゃく ねぎ	こめ むぎ かたくりこ さといも タルト	あぶら ドレッシング	平成、令和と時代は流れ、希望献立やセレクト給食、ハイキング給食など、給食のメニューもバリエーション豊かになりました。今日は、中学校の先生方の希望献立です。	
24	月	おおつかにんじん ごはん	○	ふじさんきらめきワカサギのからあげ わかめのわふうあえ おつけだんご おおつかにんじんゼリー	とりにく わかさぎ ふたにく ちくわ みそ	ぎゅうにゅう しおこんぶ わかめ あぶらあげ	しょうが えだまめ キャベツ きゅうり こぼろ だいこん ねぎ しいたけ	こめ むぎ さとう かたくりこ こむぎこ	あぶら ゼリーのもと	11月の山梨ふるさと給食に続き、まだまだ山梨県にはおいしい食べ物がたくさんあります! 今日のやまなし食材は「大塚にんじん」「富士山きらめきワカサギ」「おつけだんご」です。	
25	火	セルフバーガー (ごまパン)	○	TABAジビエの鹿肉 コロコロポテトサラダ はくさいのコンソメスープ うめジャムゼリー	しかにく ふたにく たまご ベーコン	ぎゅうにゅう こなチーズ	たまねぎ きゅうり とうもろこし えのき はくさい にんにく	パン さとう ゼリー はちみつ パンこ じゃがいも	こま バター マヨネーズ	TABAジビエの鹿肉が、給食に初登場! !今回は食べやすいように、鹿肉と豚肉の合挽肉のハンバーグです。パンにはさんで食べてください。	
26	水	むぎごはん	○	こうしゅうふじざくらポークのやき はるさめサラダ スンドゥブふうスープ てづくりゆずジャムのあんぱんどうら	ふたにく みそ あさり ハム いか たまご どうら	ぎゅうにゅう	キャベツ もやし にんにく しょうが たまねぎ りんご きゅうり だいこん	こめ むぎ さとう はるさめ あんぱんどうらのもと	あぶら こまあぶら	子どもたちからも人気の給食の焼肉。今回は、山梨県のブランド豚「甲州富士桜ポーク」を使った焼肉です。手作りゆずジャムの杏仁豆腐もお楽しみに。	
27	木	☆おたんじょうび きゅうしよく☆ ちぐさやき せいだのたまじ ぎょほうゼリー	○	ふたにく みそ とりにく たまご	ぎゅうにゅう	にんじん かぼちゃ こまつな	だいこん はくさい ねぎ しいたけ ぶどう	ほうとうめん じゃがいも さとう ゼリーのもと	あぶら こま	せいだのたまじは、上野原の郷土料理です。小粒のじゃがいもを無駄なく食べるように考えられた料理です。今日は、丹波山村のじゃがいもです。	
28	金	こうしゅうワインビーフの ハヤシライス	○	ほうれんそうソテー ガーデンハックルベリーヨーグルト	ぎゅうにゅう ベーコン	ぎゅうにゅう ヨーグルト	ほうれんそう にんじん トマト	たまねぎ しめじ もやし とうもろこし ガーデンハックルベリー	こめ むぎ ハヤシルウ こむぎこ	あぶら バター	丹波の給食人気ナンバー1のハヤシライス。いつもは豚肉ですが、今回は甲州ワインビーフを使ったスペシャル版です。富士吉田市で育てたガーデンハックルベリーは、ジャムにしてヨーグルトに乗せます。
31	月	ほうれんそうロール	○	とりにくのマーレードやき はなやさいのマスタードソテー ミネストローネ ココアプリン	ふたにく ベーコン ツナ いんげんまめ	ぎゅうにゅう こなチーズ	ブロッコリー にんじん トマト	カリフラワー たまねぎ にんにく キャベツ セロリ ヤングコーン	パン じゃがいも マーレード プリンのもと	あぶら オリーブゆ	ほうれん草ロールは、ほうれん草パウダーを練り込んだ、ほんのり緑色のパンです。給食の冬野菜を探して食べてください。

ぜんこくがっこうきゅうしよくしゅうかん
全国学校給食週間
やまなし あじ つ ち さん ち しょうこん だて
山梨を味わい尽くそう! ~ 地産地消献立 ~

- 24 (月) なが〜い「大塚にんじん」は、栄養たっぷりのやわらかい土で育ちます。初登場! 「富士山きらめきワカサギ」は、河口湖産のワカサギです。「おつけだんご」は、すいとんに似た大月市の郷土料理。
- 25 (火) こちらも初登場! 「TABAジビエの鹿肉」を使った鹿肉バーガー! 丹波山村の「じゃがいも」を使った定番のコロコロポテトサラダ。「梅ジャムゼリー」は、甲斐市の梅を使用。
- 26 (水) 山梨のブランド豚「甲州富士桜ポーク」の焼肉
- 27 (木) 山梨県の郷土料理の定番! 「ほうとう」小粒のじゃがいもも無駄なく食べる! 上野原市の郷土料理「せいだのたまじ」フルーツ王国山梨の「巨峰ゼリー」
- 28 (金) 山梨県のブランド牛「甲州ワインビーフ」は、ワインを作る時のぶどうの絞りカスをエサに混ぜています。富士吉田市で栽培された「ガーデンハックルベリー」は、きれいな紫色♪

つごうにより、こんだてのないようをへんこうするばあいがあります。

