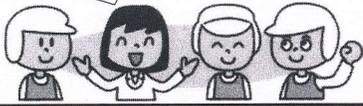


令和5年

今年もよろしく
お願いします!

1月のよていにんだて表



今年も安心・安全で、おいしい給食をみなさんに届けていきます。
みなさんもモリモリ食べて、健康な体をつくってくださいね。

川辺町学校給食センター(電話 53-2329)

食育の基礎・朝ごはん



<p>今年はうさぎ年</p> <p>うさぎのように野菜をモリモリ食べよう</p>	<p>10日(水)</p> <p>がつき しぎょうしき 3学期始業式</p> <p>(ド) ドレッシング (ケ) ケチャップ (マ) マヨネーズ ◎ 学校配送 (ゴミは、業者が回収しますので分けてください)</p> <p>給食の基準量 (小) 650kcal (中) 830kcal</p>	<p>11日(水)</p> <p>ミニアセロラゼリー</p> <p>(ド) プロッコリーとキャベツのサラダ</p> <p>とりのからあげ</p> <p>ごもくラーメン</p> <p>(小) 650kcal (中) 809kcal</p>	<p>12日(木)</p> <p>鏡開き(11日)にちなんで</p> <p>みかん</p> <p>(ド) かぼちゃサラダ</p> <p>しらたまぜんざい</p> <p>ホキのこめこコッパン レモンふうみ</p> <p>(小) 699kcal (中) 894kcal</p>	<p>13日(金)</p> <p>おすすめ朝ごはん</p> <p>◎りんご</p> <p>おかかあえ さわらのゆあんやき(かつお節は、教室であえます)</p> <p>あしつけのり むぎごはん すいきのみそしる</p> <p>(小) 589kcal (中) 721kcal</p>
<p>16日(月)</p> <p>小正月(15日)にちなんで</p> <p>ミニりんごゼリー</p> <p>になます とりにくのてりやき</p> <p>くろまいごはん しらたまぞうじ</p> <p>(小) 647kcal (中) 786kcal</p>	<p>17日(火)</p> <p>◎オレンジ</p> <p>みそきりぼしだいこんのにつけ</p> <p>ひれカツ</p> <p>むぎごはん かきたまじる</p> <p>(小) 665kcal (中) 827kcal</p>	<p>18日(水)</p> <p>歯の日</p> <p>かたぬきチーズ</p> <p>(ド) れんこんいり やさいサラダ</p> <p>だいすいりかきあげ</p> <p>きつねうどん</p> <p>(小) 700kcal (中) 891kcal</p>	<p>19日(木)</p> <p>ミルメーク</p> <p>(ド) ゆでプロッコリー</p> <p>こうやどうぶのカップやき</p> <p>ぎらだいこんなめし しろみそしる</p> <p>(小) 690kcal (中) 851kcal</p>	<p>20日(金)</p> <p>◎ヨーグルト</p> <p>ぶくじんづけあえ</p> <p>れんこんチップス</p> <p>ほうれんそうとツナのカレーライス</p> <p>(小) 715kcal (中) 873kcal</p>
<p>23日(月)</p> <p>野菜の日献立「中華飯」</p> <p>◎オレンジ</p> <p>(ド) はるさめ</p> <p>ポークシュマイサラダ</p> <p>ちゅうかはん(むぎごはん・ほっほうさい)</p> <p>(小) 623kcal (中) 781kcal</p>	<p>24日(火)</p> <p>岐阜県の味</p> <p>ミニなんのうみかんゼリー</p> <p>(ド) ごぼうサラダ</p> <p>にこみうどん</p> <p>だいすとごへいもち さつまいものあげに</p> <p>(小) 655kcal (中) 800kcal</p>	<p>25日(水)</p> <p>福井県美浜町にちなんで</p> <p>◎りんご</p> <p>いそあえ さばのみそにのりは、教室であえます)</p> <p>むぎごはん のっぺいじる</p> <p>(小) 647kcal (中) 803kcal</p>	<p>26日(木)</p> <p>図書献立</p> <p>みかん</p> <p>はくさいのクリームシチュー</p> <p>(ド) きりぼしだいこんといとこんにやくのサラダ</p> <p>くろしよくパン のピカタ</p> <p>(小) 649kcal (中) 823kcal</p>	<p>27日(金)</p> <p>ふるさと川辺給食・伝統の味</p> <p>◎いよかん</p> <p>(ド) プロッコリーとコーンのサラダ</p> <p>れんこんのはさみあげ</p> <p>さといもおはぎ ぶたじる</p> <p>(小) 647kcal (中) 787kcal</p>
<p>30日(月)</p> <p>ミニレモンゼリー</p> <p>(ド) もやしのサラダ</p> <p>あげぎょうざ(2, 3こ)</p> <p>むぎごはん マーボー豆腐</p> <p>(小) 686kcal (中) 863kcal</p>	<p>31日(火)</p> <p>◎とうにゅうプリン</p> <p>ごもくきんぴら わかさぎのあます</p> <p>むぎごはん さといものみそしる</p> <p>(小) 650kcal (中) 786kcal</p>	<p>1月24日から30日は全国学校給食週間です!</p> <p>学校給食は、明治22年に山形県の鶴岡市の私立忠愛小学校で貧困児童を対象に行われたのがはじまりです。毎日おいしい給食を食べられることに感謝しましょう。</p> <p>※都合により献立の一部が変更することがあります。</p>		

23日(月)から27日(金)、給食週間の特別献立を実施します。

23日 野菜の日献立

旬の白菜を使って「八宝菜」を出します。そのままごはんのおかずにしてもいいし、ごはんにかけて「中華飯」として食べてもいいです。野菜をたっぷり食べましょう!



26日 図書献立「はくさいぼうやとねずみくん」

一人ぼっちのねずみくんと、めっほう元気なはくさいぼうやの、心がほっこりするものがたりです。本にちなんで、白菜のクリームシチューを出します。

24日 岐阜県の味

岐阜県の郷土料理「五平もち」を出します。給食センター特製のたれをたっぷり付けて焼きます。

25日 福井県美浜町にちなんで

ボートをきっかけに交流を深めています。海の味覚を楽しめる献立です。

27日 ふるさと川辺給食・伝統の味

里芋とお米と一緒に炊いておはぎを作ります。あんこも朝一番から煮て、一つ一ついねいに仕上げます。