

1月給食献立表



高池小学校

令和7年度

日	曜日	飲み物	主食	献立名	主な材料		
					血や肉になる	働く力になる	体の調子をととのえる
8	木			始業式			
9	金			★牛丼 きゅうりの酢の物 お雑煮すまし汁	ぎゅうにく わかめ ちくわ とりにく かまぼこ とうふ	いとこんにやく しらたまこ	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり だいこん にんじん はくさい ねぎ
12	月			成人の日			
13	火			白身魚のフライ ミニトマト とん汁	しろみざかな ぶたにく とうふ	こむぎこ パンこ あぶら こんにやく	ミニトマト にんじん はくさい だいこん ねぎ
14	水			ブラウンシチュー ホットドッグ りんご	とりにく ソーセージ	じゃがいも パン ケチャップ	たまねぎ にんじん ブロッコリー キャベツ りんご
15	木			豚肉のしょうが焼き ●袖の香り和え すまし汁	ぶたにく ささみ とうふ わかめ	ふ	たまねぎ にんじん ピーマン しょうが ゆずかじゅう ほうれんそう にんじん もやし えのき ねぎ
16	金			五目うどん さつまいものかき揚げ(学校収穫) オレンジゼリー	かまぼこ とりにく あぶらあげ	うどん さつまいも こむぎこ あぶら オレンジゼリーのもと	にんじん ねぎ はくさい にんじん たまねぎ ごぼう
19	月			●赤魚の梅煮 和風サラダ こんぶのふりかけ	あかうお		うめぼし しょうが ブロッコリー キャベツ にんじん きゅうり
20	火			親子丼 カミカミごぼうサラダ みそ汁	とりにく たまご さきいか	マヨネーズ じゃがいも	にんじん たまねぎ ねぎ コーン ごぼう きゅうり たまねぎ ねぎ
21	水			●ベニスの竜田揚げ キャベツのゆかり和え 高野豆腐のきめ煮	しかにく こうやとうふ とりにく	かたくりこ あぶら	しょうが キャベツ ゆかり たまねぎ にんじん ほししいたけ いんげん
22	木			プルコギ クッパスープ	ぶたにく たまご	ごま	にんじん たまねぎ もやし しろねぎ ニラ にんにく ほししいたけ にんじん たまねぎ しょうが にんにく
23	金			焼きそば もやしとかにかまのサラダ ●ポンカン	ぶたにく かにかま	やきそば マヨネーズ	キャベツ 玉ねぎ にんじん ピーマン もやし にんじん ポンカン
26	月			ぶり大根 はんぺんのフライ ブロッコリー けんちん汁	ぶり はんぺん とりにく とうふ	こむぎこ パンこ あぶら マヨネーズ こんにやく	だいこん ブロッコリー だいこん にんじん ねぎ ごぼう
27	火			キムチチャーハン わかめスープ フルーツヨーグルト	ぶたにく たまご わかめ とうふ	ヨーグルト	わふうキムチ にんじん ねぎ もやし バナナ りんご みかん おうとう
28	水			鶏肉の照り焼き こぶきいも グリーンサラダ コンソメスープ	とりにく	じゃがいも マヨネーズ ごま	キャベツ きゅうり アスパラ たまねぎ にんじん しめじ
29	木			ヒレカツ ポイルキャベツ 切干大根の煮物	ぶたひれにく ひらてん	こむぎこ パンこ あぶら マヨネーズ	キャベツ きりぼしだいこん にんじん ほししいたけ いんげん
30	金			ひじきごはん さつまいもの煮物(学校収穫) 豆腐スープ	ひじき あぶらあげ とりにく ひらてん とうふ	こんにやく さつまいも こんにやく	にんじん ごぼう にんじん たまねぎ えのき ねぎ

※材料の都合により献立を変更する場合があります。

1月24日~30日は全国学校給食週間です!

給食は今から100年以上も前(明治22年)に始まったそうです。戦争で一時中止になりましたが、その後昭和21年12月24日から再開されました。それを記念して、冬休みと重ならない1ヶ月の1月24日を給食記念日とし、その日から一週間を全国学校給食週間としたそうです。食べ物なかった時代の給食とは、目的も内容もずいぶん変わってきていますが、それを運んでくれる人、調理員さん、その他いろいろな人の皆さんの「手」「思い」が合わさってできています。給食週間にそんなことを感じながらいただいでみてほしいなと思います。

●印がついているものは、「郷土料理」や近隣の町(県内)でとれたもの(つくられたもの)です。

★印は6年生からのリクエストメニューです!
3学期の献立に6年生のリクエストの給食を順番に入れていく予定なので、みなさんお楽しみに♪
(ベスト3の予定でしたが、下記の通りでしたので全員のリクエストを入れたいと思います。)

- | | | |
|------------|----|----|
| あげパン | 4名 | 1位 |
| ささみのレモン煮 | 2名 | 2位 |
| ピザポテト | 1名 | 3位 |
| 牛丼 | 1名 | |
| かぼちゃのポタージュ | 1名 | |

