

月					火				水				木				金							
<div>★ EXPO2025 大阪・関西万博 ★</div> <div>～大阪府を味わおう～</div> <div>今月は… 根菜汁 です！</div> <div>1月21日(水)に登場します</div> <div>大阪城をたてて、天下統一を果たした豊臣秀吉。 豊臣秀吉が好きなものは、大根やごぼうなどの根菜類</div> <div>だっとうです。今月は、大阪を代表する戦国武将である豊臣秀吉が愛した根菜を使った「根菜汁」が出ます。</div>																								
<div>「ぼく・わたしの料理コンテスト」</div> <div>一丘小学校「しよっきさん・りのあさん」が考えた料理です。</div> <div>1月30日(金) 「鶏とキャバツの甘辛スタミナ炒め」</div> <div>冬が旬で、泉州地域でもたくさん生産されているキャバツを使った料理を考えてくれました!! とってもおいしそうですね。</div>										<div>1月19日(月)</div> <div>4年生の社会科「特色のあるちいき(大阪)」に関連した献立です。</div> <div>春菊</div> <div>令和元年～5年までの間、なんと大阪府が春菊の生産量第1位でした!! その中でも特に泉州地域が栽培に力を入れています。</div> <div>みかん</div> <div>泉州地域や南河内地域の丘陵部でたくさん生産されています。</div>														
<div>始業式</div> <div>1月9日(金)は、お正月献立です。</div> <div>〈雑煮〉 お雑煮は本来、年神様にお供えしたその土地の産物と餅を煮たものでした。 西日本では、円満を願って丸い餅を入れ、臼みそ仕立ての雑煮を食べる風習があります。</div> <div>〈たたきごぼう〉 ごぼうは、地中深くに根が張ることから、「家族が土地に根付いて安泰に暮らせますように」という願いが込められて、お正月に食べられています。</div>																								
					<div>「お正月」こんだて 「はしの日」</div> <table><tr><th>エネルギー(kcal)</th><th>たんぱく質(g)</th><th>脂質 (g)</th><th>塩分 (g)</th></tr><tr><td>641</td><td>24.0</td><td>16.8</td><td>2.6</td></tr></table> <div>ごはん ぎゅうにゅう</div> <div>■ ごめ ● ぎゅうにゅう</div> <div>ぞうに</div> <div>▲ だいこん ● みそ</div> <div>▲ きんときになじん こんぶだし</div> <div>■ さといも みりん</div> <div>● とうふ けずりぶし</div> <div>■ しらたまもち だしこんぶ</div> <div>▲ さまつせ</div> <div>ほねにちゅういしてたべましょう</div> <div>さわらのてりやき(1きれ) ㊤</div> <div>● さわらS しょうゆ</div> <div>■ なたねあぶら ■ さとう</div> <div>さけ みりん</div> <div>しお ■ かたくりこ</div> <div>大阪湾でとれたさわらです</div> <div>たたきごぼう</div> <div>▲ ごぼう しょうゆ</div> <div>■ こんぶだし す</div> <div>しお ■ ごま</div> <div>■ さとう</div>					エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質 (g)	塩分 (g)	641	24.0	16.8	2.6							
エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質 (g)	塩分 (g)																					
641	24.0	16.8	2.6																					
12					13					14					15					16				
					<div>成人の日</div> <div>成人の日</div>					Aグループ(卵)対応献立										「はしの日」				
					<div>エネルギー(kcal)たんぱく質(g)脂質 (g)塩分 (g)</div> <div>64019.526.92.5</div> <div>こくとうパン ぎゅうにゅう</div> <div>■ こくとうパン ● ぎゅうにゅう</div> <div>かぶのクリームシチュー</div> <div>● とりにく ■ じゃがいも</div> <div>▲ たまねぎ ▲ ブロッコリー</div> <div>▲ にんじん しょうゆ</div> <div>▲ しめじ しょうゆ</div> <div>▲ かぶ しょうゆ</div> <div>コンソメ</div> <div>カレーボール(1こ)</div> <div>■ カレーボール ■ なたねあぶら</div> <div>にんじんシリシリ</div> <div>▲ にんじん みりん</div> <div>▲ とうもろこし かつおだし</div> <div>● ツナ しょうゆ</div> <div>■ なたねあぶら</div>					<div>エネルギー(kcal)たんぱく質(g)脂質 (g)塩分 (g)</div> <div>59922.916.81.9</div> <div>ごはん ぎゅうにゅう</div> <div>■ ごめ ● ぎゅうにゅう</div> <div>ちゅうかスープ(きほんこんだて)</div> <div>● たまご とりガラスープ</div> <div>● とりにく ちゅうかだし</div> <div>▲ たまねぎ しょうゆ</div> <div>▲ にんじん しょうゆ</div> <div>▲ しいたけ ■ かたくりこ</div> <div>▲ チンゲンさい</div> <div>ちゅうかスープ(たまごなし)(Aグループ)</div> <div>● とりにく とりガラスープ</div> <div>▲ たまねぎ ちゅうかだし</div> <div>▲ にんじん しょうゆ</div> <div>▲ しいたけ しょうゆ</div> <div>▲ チンゲンさい ■ かたくりこ</div> <div>コーンしゅうまい(2こ)</div> <div>▲● コーンしゅうまい</div> <div>マーボー豆腐</div> <div>● ぶたひきにく トウバンジャン</div> <div>● とうふ さけ</div> <div>▲ にんにく デンメンジャン</div> <div>▲ つちしょうが しょうゆ</div> <div>▲ しろねぎ とりガラスープ</div> <div>ちゅうかだし ■ さとう</div> <div>■ ごまあぶら ■ かたくりこ</div> <div>■ なたねあぶら</div>					<div>エネルギー(kcal)たんぱく質(g)脂質 (g)塩分 (g)</div> <div>59720.213.52.3</div> <div>アップルパン のむヨーグルト</div> <div>■ アップルパン ● アシドミルク</div> <div>ツナのとまとスパゲティ</div> <div>■ スパゲティ ▲ トマトかん</div> <div>しお トマトピューレ</div> <div>■ なたねあぶら トマトケチャップ</div> <div>● ツナ ウスターソース</div> <div>▲ にんにく のうこうソース</div> <div>▲ たまねぎ ■ さとう</div> <div>▲ にんじん しょうゆ</div> <div>▲ しめじ しょうゆ</div> <div>かぼちゃとベーコンのコンソメに</div> <div>▲ かぼちゃ コンソメ</div> <div>● ベーコン ■ さとう</div> <div>ゆでブロッコリー</div> <div>▲ ブロッコリー ■ ドレッシング(ごま)</div> <div>しお</div>					<div>エネルギー(kcal)たんぱく質(g)脂質 (g)塩分 (g)</div> <div>62024.418.52.0</div> <div>ごはん ぎゅうにゅう</div> <div>■ ごめ ● ぎゅうにゅう</div> <div>こまつなのみそしる</div> <div>▲ たまねぎ ● あぶらあげ</div> <div>▲ さまつせ ● みそ</div> <div>▲ はくさい けずりぶし</div> <div>▲ にんじん かつおだし</div> <div>● とうふ</div> <div>たらたつたげんまいフライ(1きれ)</div> <div>● たらげんまいフライ ■ なたねあぶら</div> <div>じゃがいものそばろに</div> <div>■ じゃがいも とりガラスープ</div> <div>● とりひきにく しょうゆ</div> <div>▲ グリンピース ■ さとう</div> <div>▲ しろねぎ ■ ごまあぶら</div> <div>▲ つちしょうが ■ なたねあぶら</div>				

月					火					水					木					金				
19	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	塩分(g)	20	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	塩分(g)	21	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	塩分(g)	22	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	塩分(g)	23	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	塩分(g)
	571	20.1	13.2	2.5		618	25.3	22.8	2.4		618	26.3	17.7	2.0		617	26.2	22.3	2.5		603	27.8	16.5	2.3
だいこんなめし ■ こめ ▲ だいこんなめしのもと					こくとうパン ■ こくとうパン ● ぎゅうにゅう					ごはん ■ こめ ● ぎゅうにゅう					コッペパン ■ コッペパン ● ぎゅうにゅう					ごはん ■ こめ ● ぎゅうにゅう				
わかめうどん ■ うどん ▲ たまねぎ ▲ にんじん ▲ しめじ ● わかめ					ようふうおでん ● ぶたにく ■ じゃがいも ■ こんにやく ▲ にんじん ● ちくわ ▲ たまねぎ					ごはん ■ こめ ● ぎゅうにゅう					ふゆやさいのミネストローネ ● とりにく ■ じゃがいも ▲ かぼちゃ ▲ たまねぎ ▲ にんじん ▲ キャベツ ▲ だいこん					ちゅうかどん ● ぶたにく ▲ にんじん ▲ はくさい ▲ たまねぎ ▲ キャベツ ▲ しめじ とり・とんこつスープ ■ かたくりこ				
かしわのすきやき ● とりにく ▲ しんぎく ▲ はくさい ▲ たまねぎ ■ いとこんにやく ■ なたねあぶら					スパイシーまめ ● だいず しお こしょう カレーこ					ごはん ■ こめ ● ぎゅうにゅう					アジフライ(1きれ) ● アジフライ ■ なたねあぶら のうこうソース					よだれどりで(2きれ) ● とりにく さけ ■ さとう しょうゆ す				
みかんのかんづめ ▲ みかんのかんづめ					チンゲンさいのいためもの ▲ チンゲンさい ▲ たまねぎ ▲ にんじん こしょう					ごはん ■ こめ ● ぎゅうにゅう					えだまめとコーンのスープに ▲ とうもろこし ▲ えだまめ とりガラスープ ■ さとう					ひじきのいりに ● ひじき ▲ にんじん ● あぶらあげ かつおだし				
4年生の社会科 「特色ある地域(大阪)」					ツナとはくさいのあえもの ▲ はくさい ● ツナ ▲ ほうれんそう					ごはん ■ こめ ● ぎゅうにゅう					ごはん ■ こめ ● ぎゅうにゅう					ごはん ■ こめ ● ぎゅうにゅう				
「はしの日」					「はしの日」					「はしの日」					「はしの日」					「はしの日」				
26	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	塩分(g)	27	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	塩分(g)	28	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	塩分(g)	29	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	塩分(g)	30	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	塩分(g)
	573	30.1	12.4	2.0		629	22.0	22.3	2.6		691	18.7	23.5	1.7		569	20.4	15.7	2.8		596	20.6	19.6	3.0
ごはん ■ こめ ● ぎゅうにゅう					ごはん ■ こめ ● ぎゅうにゅう					ごはん ■ こめ ● ぎゅうにゅう					ごはん ■ こめ ● ぎゅうにゅう					ごはん ■ こめ ● ぎゅうにゅう				
さつまじる ▲ だいこん ▲ さつまいも ▲ にんじん ● とりにく					かぼちゃのポタージュスープ ● とりにく ▲ たまねぎ ▲ にんじん ▲ かぼちゃ ▲ ブロッコリー ● とうにゅう					ふゆやさいのカレー ● ぶたひきにく ▲ たまねぎ ▲ にんじん ▲ だいこん ■ じゃがいも ▲ ブロッコリー					コンソメスープ ▲ たまねぎ ▲ にんじん ▲ キャベツ ■ じゃがいも					ごはん ■ こめ ● ぎゅうにゅう				
サケのしおやき(1きれ) ● サケししょうゆづけ					ポテトコロッケ(1こ) ■ コロッケ ■ なたねあぶら のうこうソース					もやしのサラダ ▲ もやし しお ▲ こまつな					みそカツ(1まい) ● ぶたにく しお ■ こむぎこ ■ パンこ ■ なたねあぶら					ごはん ■ こめ ● ぎゅうにゅう				
ゆずあえ ▲ はくさい ▲ こまつな しお ■ さとう					キャベツとコーンのソテー ▲ キャベツ ▲ にんじん ▲ とうもろこし ■ なたねあぶら					プリンタルト(1こ) ■ タルト(とうにゅうプリン)					きりぼしだいこんとツナのソテー ● ツナ ▲ にんじん ▲ チンゲンさい ▲ きりぼしだいこん					ごはん ■ こめ ● ぎゅうにゅう				
のりふりかけ(1ふくろ) ● ふりかけ(のり)					みかんジャム(1ふくろ) ■ ジャム(みかん)					昭と52年頃の献立を再現					給食アンケート 好きな給食 第1位 「味噌カツ」					ごはん ■ こめ ● ぎゅうにゅう				
給食のはじまりとされる献立を再現					昭和25年頃の献立を再現					昭と52年頃の献立を再現					給食アンケート 好きな給食 第1位 「味噌カツ」					ごはん ■ こめ ● ぎゅうにゅう				



全国学校給食週間は、学校給食の意義や役割などについて理解と関心を高め、より一層の充実をはかることを目的として定められました。ぜひこの機会に、家族で給食について話題にしてみてください。

今年度の学校給食週間は、昔の給食を再現した献立と、給食アンケートの好きな給食のおかず第1位だったメニュー、「ぼく・わたしの料理コンテスト」の優秀な作品を再現したメニューにしました。お楽しみに♪

1月26日(月)  
明治22年  
おにぎり・塩さけ・菜の漬物

1月27日(火)  
昭和25年  
コッペパン・ミルク(脱脂粉乳)・ポタージュスープ・コロッケ・せんキャベツ・マーガリン

1月28日(水)  
昭和52年  
カレーライス・牛乳・塩もみ・果物(バナナ)・スープ

1月29日(木)  
好きな給食ランキング  
第1位  
「味噌カツ」  
(給食アンケート 9~10月頃 4~6年生に実施)

1月30日(金)  
「ぼく・わたしの料理コンテスト」  
一丘小学校の  
「しよっきさん・りのあさん」が  
考えてくれた  
「鶏とキャベツの甘辛スタミナ炒め」  
が登場します。

献立表  
アレルギー表  
はこちら

給食のレシピは  
こちら