

# 1月の予定献立表

令和5年度

豊浦町学校給食センター

月	火	水	木	金
---	---	---	---	---

## いただきます

豊浦町学校給食センター  
給食だより 2024年1月

### 1月24日~30日 全国学校給食週間

全国学校給食週間は、学校給食への理解や関

心を深めることを目的に行われているものです。

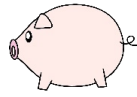
学校給食は、もともと貧しい子どもたちを飢

えから救い栄養状態を改善させるものでしたが、

今では役割は大きく変わり、子どもたちが望まし

い食習慣や食に関する知識を実践する力を身につ

けるために重要な役割を担っています。



### 豊浦町の特産品 SPF豚

SPF豚は、指定された病原体をもっていない豚という意味です。

豊浦のSPF豚は、道内SPF豚の生産量の4分の1を占めます。

安心安全で、肉のきめが細かく、やわらかいという特徴があります。

23日のポークカレー、24日の豚丼で使用します。

豚肉には、体をつくる働きがあります。  
また疲労回復に役立つビタミンB1を多く含みます。



### 日本各地をめぐる給食 ~北海道~



18日は、北海道のエゾ鹿肉を使った『鹿肉キーマカレー』が登場します。

30日の献立には、北海道産の水産物を学校給食用として無償提供された

『ほたて貝柱フライ』が登場します。



### 大岸小学校の児童が考えた献立

26日 クリームスパゲティ 牛乳 コーンフライ 豆乳クリームだいふく

☆献立のポイント☆ クリームスパゲティにオリジナル食材を入れました。

※1月の給食だよりは、献立表と一緒に掲載しています。

15	16	17	18	19
冬休み	冬休み	ごはん 八宝菜 ひじき春巻	ナン 飲むヨーグルト 鹿肉のキーマカレー ほうれん草とコーンのサラダ	きつねもちうどん 伊予柑ゼリー
冬休み	冬休み	精白米 強化米 麦 豚肉 料理酒 人参 玉ねぎ 白菜 ごま油 片栗粉 うすら卵 ビーマシ 生姜 中華スープ きくらげ 三温糖 がらスープ しょうゆ たけのこ 人参 豚肉 ひじき ごま油 かつお 春雨 米油 しょうゆ でん粉 砂糖 酒 発酵調味料 玉ねぎ オリーブオイル 食塩 香辛料 かつお節 砂糖 米油 豚肉	小麦粉 植物油 しょうゆ 砂糖 食塩 イースト 生乳 乳製品 砂糖 米油 生姜 にんにく 玉ねぎ 鹿肉 かつお 人参 マヨネーズ ビーマシ 大豆 カレールウ 枝豆 ほうれん草 コーン 青じそ レタス (レモン かつお節 かつお 魚醤) ハム	めん あじ さば かつお いわし 昆布 鶏肉 人参 しいたけ みりん しょうゆ 長ねぎ 小松菜 つと ごぼう 三温糖 もちいなり もち粉 砂糖 油揚げ しょうゆ でん粉 かつお節 梅酢 みりん 油揚げ でん粉 もち粉 うるち粉 しょうゆ みりん 砂糖 伊予柑果汁 砂糖
22	23	24	25	26
ごはん 肉じゃが きゅうりのツナ和え ベビーチーズ	ポークカレー 洋梨缶	豚丼 みそ汁 給食週間ミルクプリン	黒砂糖パン クリームシチュー 肉団子	クリームスパゲティ コーンフライ 豆乳クリームだいふく
精白米 強化米 麦 豚肉 料理酒 人参 玉ねぎ じゃがいも しらたき 三温糖 しょうゆ みりん いんげん きゅうり ツナ ごま 三温糖 しょうゆ かつお節	精白米 強化米 麦 米油 玉ねぎ 豚肉 人参 じゃがいも 生姜 マヨネーズ 脱脂粉乳 カレールウ 大豆 にんにく 洋梨 グラニュー糖	精白米 強化米 麦 豚肉 生姜 しょうゆ 酒 人参 ごぼう 玉ねぎ みりん 長ねぎ 三温糖 みそ 豆腐 長ねぎ あじ さば かつお いわし ほうれん草 鶏卵 加藤練乳 脱脂粉乳 グラニュー糖 香料	小麦粉 砂糖 食塩 イースト マヨネーズ 黒砂糖 米油 玉ねぎ 人参 鶏肉 白ワイン ぶなしめじ ブイヨウ 脱脂粉乳 牛乳 バター 小麦粉 食塩 こしょう じゃがいも 枝豆 大豆 鶏肉 豚脂 玉ねぎ オリーブオイル 生姜 砂糖 しょうゆ 食酢 でん粉 香辛料	めん 卵 油 鶏肉 玉ねぎ ブロッコリー コーン 牛乳 生クリーム 刺身用醤油 ブイヨウ こしょう 白ワイン 人参 ほうれん草 とうもろこし パン粉 生乳 小麦粉 植物油 砂糖 全粉乳 食塩 米油 豆乳 植物油 油 もち粉 上新粉 大豆 砂糖 とうもろこし じゃがいも さつまいも
29	30	31	★牛乳は毎日つきます(飲むヨーグルトがつく日は牛乳はつきません) ★料理によってスプーンがつきます ★はしは毎日持ってきてください ★献立は都合により変更する場合があります ★1月31日(水)は給食口座振替日です ★給食のお米は、豊浦産のお米を使用しています	
ごはん 鶏ごぼう汁 さばの味噌煮	ごはん 大根と鶏肉の煮物 ほたて貝柱フライ	豚キムチチャーハン 海藻スープ 北海道産たまねぎコロッケ ミルクココア		
精白米 強化米 麦 鶏肉 つきこんやく えのきたけ 油揚げ みそ 人参 長ねぎ 豆腐 ごぼう 白菜 生姜 あじ さば かつお いわし さば でん粉 みそ 砂糖	精白米 強化米 麦 鶏肉 生姜 料理酒 大根 昆布 絹厚揚げ こんにやく みりん 三温糖 しょうゆ 人参 ごぼう	精白米 強化米 麦 豚肉 キムチ(昆布) 白菜 長ねぎ こしょう 食塩 中華スープ ひじき 茎わかめ 昆布 もやし 鶏卵 豆腐 かつお 人参 長ねぎ がらスープ 食塩 たまねぎ にんにく かつお油漬 パン粉 砂糖 マヨネーズ マヨネーズ 酒 食塩 香辛料 小麦粉 果糖ぶどう糖液糖 砂糖 かつお節 食塩 香料 植物油	1月平均栄養価 ICF - たんぱく質 脂質 塩分 低学年 591 kcal 23.8 g 19.2 g 2.0 g 中学年 651 kcal 25.8 g 20.2 g 2.2 g 高学年 712 kcal 27.8 g 21.2 g 2.4 g 中学生 802 kcal 31.9 g 23.9 g 2.9 g ★食材の配合等、ご不明な点がありましたら、給食センター(83-2264)までご連絡ください。	