

平成26年

1月分献立表

名寄市学校給食センター

黄色の仲間	熱や力となり、体を動かす力のもとになる	赤の仲間	血や骨や肉になり、体をつくる	緑の仲間	体の調子を整える
20 (月) 小691kcal 中806kcal	21 (火) 小624kcal 中771kcal	22 (水) 小678kcal 中801kcal	23 (木) 小724kcal 中864kcal	24 (金) 小705kcal 中801kcal	
★ごはん ★牛乳 ★お吸い物 (はんぺん) ★ベーコンチーズオムレツ ★鮭と大根のみそ煮	★わかめごはん ★牛乳 ★みそ汁 (大根、生揚げ) ★揚げようざく小2、中3ヶ> ★竹輪と野菜のあえもの	★親子丼 ★牛乳 ★白菜のなめ茸あえ	★カうどん ★牛乳 ★肉団子のケチャップ炒め ※名寄産のもち米で作ったもちです。うどんの上のせて食べましょう。	★ごはん ★牛乳 ★豚汁 ★いか天ぷら (醤油) ★海藻サラダ	
黄:ごはん さとう あびら 赤:牛乳 はんぺん 卵 ベーコン 鮭 豚のき肉 みそ チーズ	黄:ごはん さとう 油 まいり 鶏卵 ごま油 赤:牛乳 みそ ひじき 生揚げ ちくわ わかめ	黄:ごはん あびら さとう 赤:牛乳 どり肉 たまご なるこ のり	黄:うどん もち 1/4、さとう 赤:牛乳 どり肉 なるこ 油揚げ にくだんご	黄:ごはん じゃがいも あびら 赤:牛乳 ぶり肉 とうふ みそ いか かい豆腐	
緑:長ねぎ ししほ はんぺん にんじん さといんげん	緑:はんぺん きゅうり もやし にんじん キャベツ	緑:にんじん 玉ねぎ ししほ かつお ほうれん草 ほういし 豆腐 かつお	緑:長ねぎ ししほ ごま 玉ねぎ にんじん ピーマン かつお	緑:にんじん 玉ねぎ 長ねぎ ごま きゅうり キャベツ 突こんこやく	
27 (月) 小702kcal 中829kcal	28 (火) 小671kcal 中815kcal	29 (水) 小828kcal 中989kcal	30 (木) 小637kcal 中776kcal	31 (金) 小614kcal 中735kcal	
★ごはん ★牛乳 ★みそ汁 (キャベツ、油揚げ) ★さんま生姜煮 ★牛肉と大根の煮物	★もち粉パン ★牛乳 ★野菜スープ ★ポテトのチーズ煮 ★鶏手羽さっぱり煮	★ハンバーグカレー ★牛乳 ★みかん	★みそラーメン ★牛乳 ★ごはん ★切干し大根の炒め煮	★ごはん ★牛乳 ★お吸い物 (たこボール) ★チキンカツ (ソース) ★ひじきと枝豆のサラダ	
黄:ごはん あびら さとう 赤:牛乳 さんま 油揚げ みそ 牛肉	黄:パン じゃがいも 1/4、さとう 赤:牛乳 鶏手羽 ウィナー、チーズ	黄:ごはん じゃがいも 1/4、ルウ 赤:牛乳 ぶり肉 粉チーズ ハンバーグ	黄:ラーメン あびら さとう ごはん 赤:牛乳 ぶり肉 いか さつまあげ	黄:ごはん あびら さとう ドレッシング 赤:牛乳 たこ すりみ どり肉 1/4、ひじき	
緑:キャベツ はんぺん にんじん ししほ ししほ さといんげん	緑:にんじん 長ねぎ ほういし パセリ、コーン	緑:にんじん 玉ねぎ みかん	緑:メンマ、もやし、ほうれん草、切干大根、にんじん、ごま	緑:長ねぎ、ししほ、もやし、にんじん、きゅうり、えだまめ	

※都合により献立の一部を変更することがありますのでご了承ください。 ※給食費は忘れずに期限までに納めましょう。

1月平均栄養価
たん白質 @26.6g @31.4g
脂肪 @21.2g @24.3g

*** 今月の地産 ***
 ◇お米：風連町有機農業課
 ◇牛肉、ハンバーグ：ニチロ (地域貢献のため)
 ◇もやし：坂本食品
 ◇豚肉(SPF)：鈴木ピットファーム
 ◇作りみそ：カントリーマアクラブ
 ◇すりみ製品：えびす食品
 ◇キャベツ：金子孝雄さん (風連町産)
 ◇もち米：名寄産もちもち
 ◇もち：名寄菓子産組合
 ◇大豆製品：とうふの藤井
 ◇しいたけ、豆腐：名寄丘の上学園

全国学校給食週間

1月24日 ~ 30日

学校給食の歴史

日本の学校給食は、明治22年に貧しい家庭の子どもたちのために無料で昼食を出したことから始まりました。しかし、戦争によって中止になってしまいます。戦後は、食料不足で苦しむ子どもたちのためにララ (アメリカの民間団体) から、援助物資を受けて昭和21年12月24日に戦後初めての給食が試験的に実施されました。その後、この記念すべき日と感謝の気持ちを忘れないために冬休みに重ならない1か月後の1月24日から30日を「全国学校給食週間」としました。

明治22年	昭和22年	昭和27年	昭和51年	平成15年
				
おにぎり・塩さけ 菜の漬物	ミルク (脱脂粉乳) トマトシチュー	コッパン・ミルク (脱脂粉乳) 鯨の竜田揚げ・せんキャベツ・ジャム	カレーライス・牛乳 塩もみ野菜・スープ・バナナ	米粉パン・牛乳・炒めもの サラダ・スープ・みかん

アンコール献立 結果発表

12月にとりましたアンコール献立を参考にしながら上位を3学期の給食に取り入れていきたいと思っております。 ※ はアンコール献立です。

	主食	票数	汁もの	票数	主菜	票数	副菜	票数	デザート	票数
第1位	カレーライス	33	コーンと卵のスープ	52	ハンバーグ	27	中華風サラダ	40	クレープ	73
第2位	ラーメン	25	キムチスープ	35	さばのみそ煮	18	もやしとツナのあえもの	18	フルーツポンチ	31
第3位	ピピン丼	24	コーンポタージュ	24	鶏手羽さっぱり煮	18	海藻サラダ	18	プリン	21