

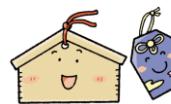


1月給食予定表

志布志市立学校給食センター
(Aブロック 前半)

● の食材はアレルギー対応食品です。★印の食品に、乳・卵は使用されておりません。

	月	火	水	木	金
こんだて	今月の有機野菜 深ネギ ピーマン 坊主知らずねぎ かぼちゃ 葉ねぎ ほうれん草	<p>あけましておめでとうございます</p> <p>あけましておめでとうございます。本年も安心・安全・おいしい給食を目指してまいりますので、よろしくお願いします。</p> <p>2026年もなんでも食べて、元気な体を作りましょう。</p> <p>鹿児島をまるごと味わう学校給食週間</p> <p>1月24日～1月30日は全国学校給食週間です。志布志学校給食センターでは、「鹿児島をまるごと味わう学校給食週間」として、1月26日～1月30日に実施します。鹿児島県の食材や郷土料理がたくさん登場するので、ぜひ味わって食べてくださいね。</p> <p>学校給食の歴史</p> <p>《明治22年》 献立：おにぎり 塩ざけ 菜の漬物 やまがたけんつるおかし ちゅうあいのしょうがつこう ひんこんじどう きゅうさい 山形県鶴岡市の忠愛小学校で、貧困児童の救済のためにちゅうよくだ きゅうしょくはじ 昼食を出したことが給食の始まりです。</p> <p>《昭和27年》 献立：コッペパン 脱脂粉乳 くじらの竜田揚げ ジャム アメリカから小麦の援助を受け、パン・ミルク・おかずがそろった「完全給食」が実施されるようになりました。</p> <p>《現在》 献立：地場産物を活用した様々な献立 栄養バランスの良いことはもちろん、行事食や郷土料理、地場産物を活用した献立を実施しています。</p>	<p>9</p> <p>③ごぼうのごまサラダ ①ごはん ②みそにこみうどん</p> <p>小 638 中 739 21.4 24.3</p> <p>②あぶらあげ むぎみそ あかみそ ②★さつまあげ ③★かつお</p> <p>牛乳</p> <p>②にんじん ほうれんそう ふかねぎ ③あかピーマン ②しょうが だいこん はくさい ③ごぼう コーン ①こめ ②うどん ③さとう ③ねりごま ごま ②みりん 酒 かつおだし ③酢 しょうゆ</p> <p>乳製品・小魚類</p> <p>新学期 今日から3学期がスタートしました。今年もセンター一同で力を合わせて、安心・安全で心温まるおいしい給食をお届けします。</p>		
	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)				
	主に体を作る食品 1群 ゴミの分別について				
	2群 【中身を出して資源袋へ】 16日(金)：おむすびのりの袋 19日(月)：きざみのりの袋 23日(金)：さつまおいもぼうの袋				
	3群 4群				
	5群 6群				
	調味料 よくかんで食べましょう				
	家庭でとつともらいたい食品 1月の献立に「もち」を使用して一口ずつ口にいれ、よくかんで食べましょう。 《提供日》 16日(金)：かねんだご汁 (さつまいも団子)				
	一口メモ				
	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)				
こんだて	おむすびの日 1995年1月17日に起きた阪神・淡路大震災で、ボランティアによるおむすびによって多くの人を助けたことから、いつもこの善意を忘れないようにしようと2000年に制定されました。ごはんを作るおむすびそのものだけでなく、人と人との心を「結ぶ」大切さを伝えています。	<p>13</p> <p>③ベリーのアロエフルーツ ①ごはん ②チキンカレー</p> <p>②とりにく きんときまめ ②にんじん トマト ②しょうが にんにく ②にんじん チンゲンサイ ③にら ②ふかねぎ ②③にんじん ③たかな ②だいこん しいたけ しょうが ①こめ ②じゃがいも ①パン ②ピーフン ②あぶら ②ねりごま ②カレーフレーク カレールウ ケチャップ ウスター・ソース チキンブイヨン</p> <p>魚類・海藻類 カレー</p>	<p>14</p> <p>③ぎょうざ (2c) ①コッペパン ②ピリカラフォー</p> <p>②ふたにく ③ぎょうざ (ふたにく・とりにく) ②にんじん チンゲンサイ ③にら ②ふかねぎ ②③にんじん ③たかな ②だいこん しいたけ しょうが ①こめ ②じゃがいも ③さとう ②ねりごま ②トウバンジャン 鶏がらスープ 酒 しょうゆ 塩 ③しょうゆ</p> <p>種実類・いも類 ぎょうざ 餃子としゅうまいの違いを知っていますか。どちらもひき肉のあんを皮で包んで食べますが、餃子は皮を食べる目的としゅうまいは中の肉を食べる目的と違います。</p>	<p>15</p> <p>③たかなのそぼろどん ①ごはん ②みそみれじる ②あぶらあげ むぎみそ たちうおつみれ ③ふたにく ★さつまあげ ②牛乳 ④のり ②ふかねぎ ③たかなのそぼろどん ②だいこん しいたけ しょうが ②もやし ③たまねぎ ③キャベツ ①こめ ②じゃがいも ③さとう ③あぶら ②酒 かつおだし ③しょうゆ</p> <p>乳製品・きのこ類 たちうおつみれ みれにつかわれている魚は「たちうお」です。見た目が武器の「太力(大きな力)」に似ていることから太魚といいう名前がつけられたそうです。</p>	<p>16</p> <p>③ふたみそ ④おむすびのり ①ごはん ②かねんだごじる ②牛乳 ④のり ②にんじん はねぎ ③にら ②だいこん はくさい しいたけ ③ごぼう しょうが ①こめ ②さつまいも かたくりこ ③さとう ③ごま あぶら ②しょうゆ 塩 みりん かつおだし ③酒 みりん しょうゆ セルフおむすび 31年前の1月17日に起こった「阪神淡路大震災」のころ、ボランティアの人たちが被災者のためにおむすびを作りました。人と人を結ぶことにつながり1月17日は「おむすびの日」になりました。</p>
	主に体の調子を整える食品 3群 4群				
	5群 6群				
	調味料				
	家庭でとつともらいたい食品				
	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)				
	主に体を作る食品 1群				
	2群				
	3群 4群				
	5群 6群				
	一口メモ				



1月給食予定表

志布志市立学校給食センター (Aブロック 後半)

の食材はアレルギー対応食品です。★印の食品に、乳・卵は使用されておりません。