

令和4年1月分 学校給食献立一覧表

田原市給食センター

日 曜	献立名	お知らせ	おもに体をつくるものとなる		おもに体の調子を整えるものとなる		おもにエネルギーのもととなる		エネルギー (kcal) 上段:小学校 下段:中学校
			1群 魚・肉・卵・豆・豆製品	2群 牛乳・乳製品・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・きのこ類・果物	5群 穀類・いも類・砂糖	6群 油脂・種実類	
11 火	〈新年お祝い・鏡開き給食〉								
	七草ごはん 牛乳			牛乳	せり なすな ごぎょう はこべら ほとけのぞ すずな すずしろ		米		737
	煮しめ ぶりのみりん焼き ぜんざい	スプーン	とり肉 梅かまぼこ ぶり あずき		にんじん さやいんげん こんにゃく ごぼう れんこん たけのこ しいたけ		砂糖 白玉もち 砂糖	油	886
12 水	クロロールパン 牛乳			牛乳			クロロールパン		
	ポタージュスープ	スプーン		牛乳 生クリーム ポタージュスープの素 ホワイトルウ	にんじん パセリ	たまねぎ とうもろこし しめじ	じゃがいも	バター	707
	ささみフライ フレンチサラダ		ささみ ハム		にんじん ほうれんそう キャベツ だいこん		じゃがいも 米パン粉 砂糖	油 油	831
13 木	ごはん 牛乳			牛乳			米		
	がんもどきと野菜の煮物 白ごまつくね おひたし	小2こ 中3こ しょうゆ (クラス1本)	とり肉 がんもどき とり肉 とりレバー 大豆 けずりぶし		にんじん さやいんげん にんじん チンゲンサイ	こんにゃく たまねぎ たまねぎ もやし キャベツ	じゃがいも 砂糖 パン粉 砂糖 でんぷん	油 ごま	676 840
14 金	ごはん 牛乳			牛乳			米		
	湯葉のすまし汁 えびカツ 切干大根のサラダ		豆腐 かまぼこ ゆば えび たら 大豆	わかめ	にんじん にんじん みずな	たまねぎ きりぼしだいこん キャベツ	でんぷん パン粉 小麦粉	油 塩ドレッシング	643 762
17 月	カレーライス 牛乳	スプーン	ぶた肉 卵	牛乳	にんじん ほうれんそう ブロッコリー	たまねぎ グリンピース しょうが キャベツ とうもろこし	米 じゃがいも 砂糖 でんぷん	油 カレールウ 油	687 820
	きしめん 牛乳	けずりぶしをかけて食べましょう	とり肉 かまぼこ 油あげ けずりぶし	牛乳	にんじん ほうれんそう ほうれんそう にんじん にんじん さやいんげん	しいたけ れんこん たまねぎ こんにゃく たけのこ	きしめん じゃがいも 砂糖 パン粉 小麦粉 でんぷん 砂糖	油 油	643 760
19 水	ごはん 牛乳			牛乳			米		
	野菜の炊き合わせ いわしのしょうが煮 みかん	ビニール手袋	あげはん いわし		にんじん さやいんげん にんじん	たけのこ こんにゃく しょうが みかん	じゃがいも 砂糖 砂糖 でんぷん		653 774
20 木	ごはん 牛乳			牛乳			米		
	合わせみそ汁 揚げ鶏の香味だれ 白菜のごま酢あえ		豆腐 油あげ みそ とり肉	わかめ	ねぎ ねぎ	だいこん えのきたけ しょうが 根深ねぎ はくさい もやし	でんぷん 砂糖 砂糖	油 ごま	672 815
21 金	ごはん 牛乳			牛乳			米		
	八宝菜 しゅうまい 中華サラダ	小2こ 中3こ	ぶた肉 うずら卵 いか ぶた肉 ハム		にんじん チンゲンサイ にんじん	たまねぎ たけのこ キャベツ しいたけ たまねぎ しょうが もやし きゅうり	でんぷん 砂糖 パン粉 でんぷん 小麦粉 はるさめ 砂糖	油 油 ごま油	670 828
24 月	豚丼 牛乳		ぶた肉	牛乳		こんにゃく たまねぎ しょうが えのきたけ	米 砂糖 じゃがいも	油	688 817
	青のりのみそ汁 おにまん		豆腐 油あげ みそ	青のり	にんじん		さつまいも 小麦粉 砂糖	油	
25 火	ごはん 牛乳			牛乳			米		
	はちはい豆腐 ニギスフライ くきわかめのきんぴら		豆腐 油あげ ちくわ ニギス ぶた肉	わかめ くきわかめ	にんじん ねぎ にんじん	だいこん しいたけ こんにゃく ごぼう	さといも パン粉 小麦粉 砂糖	油 ごま ごま油 油	657 794
26 水	〈田原を食べる学校給食の日〉								
	ライスバターロールパン 牛乳			牛乳			ライスバターロールパン		
	地元野菜のポトフ ハンバーグフレッシュトマトソース フルーツヨーグルト	スプーン	ウインナー とり肉 ぶた肉 大豆		チンゲンサイ にんじん トマト	たまねぎ だいこん セロリ たまねぎ もも パイン みかん	じゃがいも 砂糖 砂糖	油 油	695 827
27 木	ごはん 牛乳			牛乳			米		
	煮みそ 大葉入り揚半 ブロッコリーのおかかあえ		生あげ みそ たら 油あげ けずりぶし		にんじん 青じそ にんじん ブロッコリー ごまつな	こんにゃく だいこん 根深ねぎ キャベツ	さといも 砂糖 でんぷん 砂糖 砂糖	油 油	639 767
28 金	〈セレクト給食〉								
	ごはん 牛乳			牛乳			米		
	かき玉汁 Aセット: キャベコロ Bセット: ポロニアカツ じゃこサラダ Aセット: チーズワッフル Bセット: りんごのタルト	直送 直送	卵 かまぼこ ぶた肉 とり肉 大豆 とり肉 大豆		にんじん ほうれんそう ねぎ キャベツ たまねぎ チンゲンサイ	たまねぎ もやし はくさい りんご	でんぷん パン粉 砂糖 でんぷん じゃがいも 米パン粉 でんぷん 砂糖 小麦粉 砂糖 米粉 でんぷん	油 油 なたね油 和風ドレッシング 油	745 868
31 月	びびんバ 牛乳	スプーン	ぶた肉 大豆	牛乳	にんじん ほうれんそう ねぎ	きりぼしだいこん ぜんまい はくさい もやし	米 砂糖	油 ごま油 ごま油 油	645 766
	わかめスープ 春巻き		ハム ぶた肉	わかめ	にんじん いら	キャベツ もやし エリンギ	小麦粉 砂糖 でんぷん	油 ごま油	

太字は学校給食週間に使用する田原産の食べ物です。 ※献立 材料は都合により変更することがあります。

学校給食週間

新年お祝い・鏡開き給食

1月11日(火)

七草ごはん、牛乳、煮しめ、ぶりのみりん焼き、ぜんざい

2022年が幸せでよい年になりますようお願いを込めて、新年お祝い給食でスタートです。お正月に食べるおせち料理には、全てに縁起のよい意味があります。給食に登場する「煮しめ」は、いろいろな具を鍋と一緒に煮ることから「家族がなかよく結ばれますように」、出世魚の「ぶり」は、「立身出世しますように」という意味が込められています。

他にも、1月7日「人日の節句」の七草がゆをイメージした「七草ごはん」や、1月11日「鏡開き」にちなんでもちを入れた「ぜんざい」が登場します。



田原市は農業王国 作ったところがわかると安心だね **1月に使う田原産の野菜**

チンゲンサイ	トマト	キャベツ	ブロッコリー	セロリ	はくさい	根深ねぎ	じゃがいも
にんじん	さといも	だいこん	ねぎ	しょうが	しいたけ	ほうれんそう	切干大根

「セレクト給食」

1月28日(金)

食事を選択する能力を育成することを目的として、学校給食週間にセレクト給食を実施します。フライとデザートセットを選びます。みなさんは、AセットとBセットのどちらを選びましたか。

<p>Aセット</p> <p>キャベコロ チーズワッフル</p>	<p>Bセット</p> <p>ポロニアカツ りんごのタルト</p>
---	--

給食の情報は
田原市HPで検索
献立一覧表、給食だより、給食レシピなど掲載しています。

給食センター

かみかみ献立
かみごたえのある食材を使用した献立です。