

1月21日(火)		1月22日(水)		1月23日(木)		1月24日(金)		【学校給食週間とは】
小 532 kcal	中 654 kcal	小 529 kcal	中 650 kcal	小 724 kcal	中 887 kcal	小 650 kcal	中 769 kcal	
ごはん 牛乳 回鍋肉 四川風中華スープ		コーンライス 牛乳 米粉と豆乳の 冬野菜シチュー キャベツとツナのサラダ		ごはん 牛乳 サバの竜田揚げ 三度豆のかつおあえ かす汁		黒糖コッペパン 牛乳 鶏肉の バーベキューソース ABCスープ		学校給食は、明治22年、山形県鶴岡市でお弁当を持参できない子どもたちを対象に始まりました。 昭和21年12月24日に給食物資の贈呈式が行われたことを機に、学校給食による教育効果を促進する観点から、冬期休業と重ならない、1月24日から1週間を「学校給食週間」とし、毎年全国各地で様々な取り組みが実施されています。 八幡市では1月27日(月)から5日間を給食週間とし、特別献立を実施します。今年度は、日本各地のご当地グルメを給食で再現してみました。 ふだんは食べないような料理もありますので、ご家庭でお子さんに感想をきいてみてください。
食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	
米	80 g	米	70 g	米	80 g	黒糖パン	1こ	
牛乳	1本	ホールコーン	15 g	牛乳	1本	牛乳	1本	
豚肉	40 g	オリーブ油	1 g	生鯖	1切	鶏肉	70 g	
塩	0.05 g	塩	0.3 g	小学校 50g	1切	土しょうが	1 g	
こしょう	0.01 g	こしょう	0.02 g	中学校 60g	1切	濃口しょうゆ	3 g	
にんじん	10 g	チキンスープ	10 g	濃口しょうゆ	2 g	酒	1 g	
キャベツ	40 g	濃口しょうゆ	1 g	酒	1 g	すりおろしりんご	5 g	
たまねぎ	30 g	パセリ(乾)	0.05 g	片栗粉	3 g	濃口しょうゆ	3 g	
おろしにんにく	0.1 g	牛乳	1本	米粉	2 g	酒	2 g	
サラダ油	0.5 g	鶏肉	15 g	揚げ油	4 g	さとう	1 g	
さとう	1.5 g	じゃがいも	30 g	三度豆(冷)	30 g	たまねぎ	30 g	
濃口しょうゆ	1.5 g	たまねぎ	40 g	濃口しょうゆ	2 g	おろしにんにく	0.2 g	
赤みそ	2 g	はくさい	20 g	さとう	0.5 g	レモン果汁	0.5 g	
酒	1 g	ブロッコリー	10 g	糸かつお	1 g	ベーコン	10 g	
トウバンジャン	0.1 g	にんじん(八幡産)	15 g	豚肉	10 g	にんじん	10 g	
片栗粉	0.5 g	サラダ油	1 g	油揚げ	5 g	たまねぎ	30 g	
鶏肉	10 g	豆乳	20 g	大根(八幡産)	25 g	ABCマカロニ	5 g	
ジンジャーパウダー	0.03 g	米粉	4 g	にんじん(八幡産)	10 g	塩	0.4 g	
ガーリックパウダー	0.03 g	塩	0.7 g	はくさい	20 g	こしょう	0.03 g	
酒	1 g	こしょう	0.03 g	突きこんにゃく	10 g	薄口しょうゆ	2 g	
にんじん	10 g	チキンスープ	6 g	青ねぎ(八幡産)	5 g	チキンスープ	8 g	
たけのこ(水煮)	10 g	水	80 g	合わせみそ	9 g	水	100 g	
干しいたけ	0.1 g	キャベツ	45 g	酒かす	8 g	パセリ(乾)	0.03 g	
にら	5 g	にんじん(八幡産)	10 g	けずりぶし	2 g			
塩	0.4 g	ツナノンオイル	5 g	水	100 g			
こしょう	0.02 g	オリーブ油	1 g					
薄口しょうゆ	2 g	酢	1 g					
けずりぶし	2 g	塩	0.1 g					
水	80 g	こしょう	0.02 g					
片栗粉	1 g	レモン果汁	0.5 g					
ラー油	0.05 g							

一汁二菜の
和食献立です。

間週食給

1月27日(月)		1月28日(火)		1月29日(水)		1月30日(木)		1月31日(金)	
小 642 kcal 中 796 kcal		小 601 kcal 中 743 kcal		小 622 kcal 中 604 kcal		小 624 kcal 中 766 kcal		小 625 kcal 中 732 kcal	
ごはん 牛乳 高島とんちゃん ばち汁		油麴入り親子どんぶり 牛乳 芋煮汁		ごはん 牛乳 ぶりのにんにくソース とり野菜鍋		もずく丼 牛乳 けんちゃん汁 シークワサーゼリー		たこめし 牛乳 ちくわのお茶揚げ 国清汁	
近畿地方		東北地方		北陸地方		九州・沖縄地方		東海地方	
食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)
米	80 g	米	80 g	米	80 g	米	80 g	米	65 g
牛乳	1 本	油麴	2 g	牛乳	1 本	もずく	40 g	たこ	30 g
鶏肉	60 g	鶏肉	20 g	ぶり	1 切	豚ミンチ	25 g	油揚げ	5 g
赤みそ	6 g	液卵	40 g	小学校 50g	1 切	たまねぎ	20 g	にんじん	5 g
みりん	2 g	たまねぎ	30 g	中学校 60g	1 切	にんじん(八幡産)	20 g	土しろうが	1 g
濃口しょうゆ	2 g	にんじん(八幡産)	10 g	濃口しょうゆ	3 g	ピーマン	5 g	塩	0.2 g
さとう	1 g	青ねぎ(八幡産)	5 g	おろしにんにく	0.5 g	ホールコーン	10 g	酒	2 g
酒	3 g	さとう	2 g	酒	1 g	サラダ油	0.5 g	薄口しょうゆ	5 g
キャベツ	30 g	濃口しょうゆ	5 g	みりん	1 g	濃口しょうゆ	6 g	けずりぶし	1 g
たまねぎ	30 g	みりん	0.5 g	さとう	2 g	みりん	3 g	牛乳	1 本
にんじん	20 g	塩	0.2 g	片栗粉	0.3 g	さとう	1.5 g	ちくわ	1 本
ばち(そうめん)	10 g	けずりぶし	1 g	水	15 g	酒	0.5 g	てん茶	0.5 g
油揚げ	5 g	水	80 g	豚肉	25 g	土しろうが	0.5 g	小麦粉	5 g
にんじん	10 g	牛乳	1 本	酒	1 g	片栗粉	0.5 g	水	2 g
たまねぎ	20 g	牛肉	15 g	はくさい	30 g	水	80 g	揚げ油	9 g
青ねぎ	5 g	さといも	20 g	たまねぎ	20 g	牛乳	1 本	にんじん	10 g
薄口しょうゆ	3 g	突きこんにやく	10 g	突きこんにやく	10 g	にんじん(八幡産)	10 g	大根	20 g
けずりぶし	2 g	にんじん(八幡産)	10 g	にんじん(八幡産)	10 g	大根	20 g	ごぼう	10 g
塩	0.4 g	厚揚げ	10 g	しめじ	10 g	ごぼう	10 g	さといも	10 g
水	100 g	青ねぎ(八幡産)	5 g	青ねぎ(八幡産)	5 g	さといも	25 g	とうふ	20 g
		濃口しょうゆ	3 g	土しろうが	0.5 g	とうふ	10 g	青ねぎ	5 g
		けずりぶし	2 g	おろしにんにく	0.1 g	油揚げ	5 g	ごま油	1 g
		水	100 g	合わせみそ	4 g	青ねぎ(八幡産)	5 g	八幡のみそ	9 g
				酒	2 g	薄口しょうゆ	2 g	八幡の白みそ	3 g
				さとう	1 g	濃口しょうゆ	4 g	けずりぶし	2 g
				トウバンジャン	0.05 g	塩	0.2 g	水	100 g
				けずりぶし	2 g	けずりぶし	2 g		
				水	40 g	水	100 g		
						シークワサーゼリー	1 本		
高島とんちゃんは滋賀県のご当地グルメです。鶏肉に甘辛いみそだれをつけこみ、焼いたものです。		油麴丼は宮城県のご郷土料理で、地元の旅館が考案。油で揚げた麴の香ばしさが活きた料理です。		とり野菜鍋は石川県のご当地グルメです。「とり」とは、野菜や魚から栄養を摂るという意味があります。		もずく丼は沖縄県のご郷土料理です。肉や野菜の具材とともにもずくを炒め、ご飯の上のにせたものです。		たこ飯は愛知県の郷土料理です。漁師が釣ったたこを船上でぶつ切りにし、米と一緒に炊き込んだ、漁師飯だったそうです。	