



1月こんだてひょう



みえるところにはってね！
南丹市立八木学校給食共同調理場

日・曜日	こんだて	ざいりょう			えいようか	
		(あか)	(き)	(みどり)	エネルギー	たんぱく質
		ち・にく・ほねになる	ねつ・ちからのもとなる	からだのちょうしをととのえる	kcal	g
11・木	<お誕生月給食> ターメリックライス 牛乳 キーマカレー みかんたっぷりフルーツポンチ	牛乳 ★豚肉	麦ご飯 油 じゃがいも 三温糖 小麦粉	にんにく 土しょうが 玉ねぎ ★人参 パイン みかん	814	26.3
12・金	<お正月献立> ご飯 牛乳 鶏肉のオニオンソースかけ ♪お祝い鍋 スイートポテト	牛乳 鶏肉 ★豚肉 焼き豆腐 ★削り節 花かつお	★ご飯 三温糖 片栗粉 マロニー 花麩 スイートポテト	玉ねぎ 白菜 ★水菜 ★人参 ★青ねぎ えのきたけ	869	35.5
15・月	茎わかめご飯 牛乳 八宝菜 棒々鶏サラダ	牛乳 わかめご飯の素 ★豚肉 ささみ 白みそ	★ご飯 油 三温糖 ごま油 片栗粉 すりごま 砂糖	土しょうが 玉ねぎ ★人参 白菜 チンゲン菜 たけのこ ★水菜 もやし	773	26.7
16・火	<食育の日献立> ご飯 牛乳 サバの味噌煮 切干大根の炒め煮 沢煮椀	牛乳 サバ 白みそ 赤みそ 油揚げ ★削り節 糸かまぼこ 花かつお	★ご飯 三温糖 じゃがいも	土しょうが 切干大根 ★人参 もやし えのきたけ ★青ねぎ	748	31.7
17・水	<防災の日献立> 乾パン 牛乳 イタリアンスパゲティ 豆乳コーンスープ ♪プリン（卵・乳・大豆不使用）	牛乳 ★豚肉 豆乳	乾パン スパゲティ オリーブ油 油 じゃがいも 片栗粉 プリン	キャベツ 玉ねぎ ★人参 トマト コーン	810	25.3
18・木	ご飯 牛乳 マーボー大根 甘酢和え 韓国式味付けのり	牛乳 ★豚肉 厚揚げ 赤みそ 味付けのり	★ご飯 油 三温糖 ごま油 片栗粉 ごま	土しょうが にんにく ★大根 ★人参 玉ねぎ ★青ねぎ 白菜 ★水菜	752	27.6
19・金	<日本の味巡り＝北海道> ご飯 牛乳 ♪ザンギ 水菜とコーンの和え物 じゃがいものみそ汁	牛乳 鶏肉 ツナ わかめ みそ 煮干し ★削り節	★ご飯 三温糖 ごま油 ★上新粉 片栗粉 油 じゃがいも	土しょうが にんにく キャベツ ★水菜 ★人参 コーン レモン汁 玉ねぎ ★青ねぎ	880	34.5

◎ 献立内容は気候などの都合により変更になる場合があります。

◎ ♪は新メニューです。

◎ ★印がついているのは、南丹市で栽培・製造された食材です。

1月に使用する食材の産地をお知らせします

米・水菜・青ねぎ・小松菜・にんじん・大根・豆腐（八木）焼き豆腐（亀岡市）豚肉（日吉・宮崎県・鹿児島県）鶏肉（宮崎県・兵庫県）はたけしめじ（京丹波町）上新粉・たけのこ・かぶ（京都府）玉ねぎ・じゃがいも（北海道）ごぼう（北海道・青森県）里芋（宮崎県・熊本県）れんこん（徳島県・福岡県）土しょうが（高知県）にんにく（青森県）えのきたけ（長野県）白菜（長野県・滋賀県・茨城県）チンゲンサイ（静岡県）キャベツ（愛知県）さつまいも（徳島県・大分県）ブロッコリー（徳島県）みかん（愛媛県）牛乳（京都府・大阪府・兵庫県・滋賀県・岡山県・長崎県・熊本県・愛知県・三重県・北海道）鯖（長崎県・佐賀県）サケ（北海道・三陸）

アレルギー原因食品についてのお知らせ

毎月の献立表で食材をお知らせしていますが、使用する食品によっては、アレルギー原因食品が混入する可能性があります。例えば、「しらすばし」や「ちりめんじゃこ」、「わかめ」、「魚肉練り製品」には、小さな「えび」「いか」「たこ」「かに」などが混入している場合があります。より安全・安心な給食のため今後とも各学校との相談・連携をお願いいたします。



しんねんど
新年度がスタートしました。

ことし、ちようりじょうしよくいんちどう、ちから、こころ、あ、あんぜん、あんしん、きょうしよく
今年も調理場職員一同、力と心を合わせ、安全・安心でおいしい給食づくりに
つとめますので、どうぞよろしくおねがいいたします。



1月こんだてひょう

みえるところにはってね！
南丹市立八木学校給食共同調理場

日・曜日	こんだて	ざいりょう			えいようか	
		(あか)	(き)	(みどり)	エネルギー	たんぱくしつ
		ち・にく・ほねになる	ねつ・ちからのもとなる	からだのちょうしをととのえる	kcal	g
22日～26日は「給食週間」です！						
テーマ「命をつなぐ食 ～給食134年の歴史～」						
22・月	<地産地消> ご飯 牛乳 すき焼き風煮 水菜と大根の土佐酢和え 	牛乳 焼き豆腐 ★豚肉 花かつお	★ご飯 しらたき 三温糖 油 おつゆ麩	えのきたけ 玉ねぎ ★人参 ★青ねぎ ★水菜 ★大根	823	29.5
23・火	<給食の始まり> ご飯 牛乳 鮭の塩焼き カリポリ和え 栄養みそ汁 	牛乳 さつま揚げ 煮干し 鮭 みそ ★削り節	★ご飯 ごま 油 さつまいも	★水菜 キャベツ もやし ★人参 玉ねぎ たくあん ★青ねぎ	809	33.1
24・水	<給食から生まれたレシピ> 味付けコッペパン 牛乳 クリームシチュー りっちゃんの元気サラダ 	牛乳 ツナ 花かつお 鶏肉 塩昆布	味付けパン 油 バター ごま油 じゃがいも 小麦粉 三温糖	玉ねぎ ★人参 ブロッコリー ★小松菜 キャベツ コーン	761	30.5
25・木	<手作り♡給食> ご飯 牛乳 豚カツ 三色ソテー 油揚げのみそ汁 	牛乳 ★豆腐 油揚げ 煮干し ★豚肉 わかめ みそ ★削り節	★ご飯 パン粉 三温糖 油 てんぷら粉 油 片栗粉	コーン ★人参 ★青ねぎ キャベツ 玉ねぎ	834	27.2
26・金	<災害に備えた食事> アルファ化米ご飯 牛乳 豚丼 根菜汁 ミニぶどうゼリー 	牛乳 さつま揚げ ★削り節 ★豚肉 花かつお	アルファ化米 油 三温糖 ぶどうゼリー しらたき さといも	★人参 玉ねぎ ★大根 れんこん はたけしめじ チンゲン菜 ごぼう ★青ねぎ	804	25.2
29・月	金平ご飯 牛乳 ツナとビーフン和え物 かき玉汁 	牛乳 ツナ ハム 卵 ★削り節 ★豚肉 花かつお ★豆腐 煮干し	★ご飯 油 三温糖 ごま しらたき ごま油 ビーフン 片栗粉	ごぼう 三度豆 ★水菜 ★青ねぎ ★人参 キャベツ 白菜	790	28.9
30・火	ご飯 牛乳 タラのレモンソース 卵の花の炒り煮 麩のみそ汁 	牛乳 おから ★削り節 煮干し タラ 竹輪 みそ	★ご飯 三温糖 さつまいも おつゆ麩 油 片栗粉	レモン汁 ★青ねぎ 玉ねぎ ★人参 ★大根 ★水菜	763	27.1
31・水	全粒粉パン 牛乳 ポークビーンズ 鉄人サラダ 	牛乳 ★豚肉 ハム 大豆 ひじき	全粒粉パン 油 三温糖 じゃがいも	玉ねぎ トマト キャベツ ★人参 コーン ★水菜	796	30.0

◎ 献立内容は気候などの都合により変更になる場合があります。

◎ ★印がついているのは、南丹市で栽培・製造された食材です。

※今年度八木町では、22日～26日を「給食週間」としています。

ぜんこくがっこうきゅうしよくしゅうかん
1月24日から30日は全国学校給食週間

がっこうきゅうしよく こ しょうかん ただ ちしき のぞ しょうしゅうかん み
学校給食は子どもたちが食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身
につけるために重要な役割をはたしています。
ぜんこくがっこうきゅうしよくしゅうかん がっこうきゅうしよく い ぎ やくわり
全国学校給食週間は、このような学校給食の意義や役割についての
理解を深めて、関心を高めるための1週間です。

