



1月分 学校給食予定献立表



平成29年度

厚木市立荻野小学校

日・曜	献立名	あかの食品	きいろの食品	みどりの食品	栄養価 (エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量)
		おもに体をつくる	おもに熱や力のもとになる	おもに体の調子を整える	
12・金	むぎいりごはん		こめ むぎ		649 kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			31.6 g
	ぶりのてりやき	ぶり	さとう かたくりこ	しょうが	19.6 g
	あつぎふうぞうに	とりにく あおのり かつおぶし	さといも しらたまだんご	だいこん こまつな	2.0 g
	くろだいずのあまに	だいず	さとう		
★15・月	ごはん		こめ		625 kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			29.1 g
	すきやき	ぶたにく とうふ	さとう あぶら	にんじん しらたき ねぎ はくさい しゆんぎく まいたけ えのきたけ	17.2 g 1.8 g
	いそかあえ	かつおぶし のり	あぶら さとう	こまつな キャベツ もやし	
	ぼんかん			ぼんかん	
16・火	むぎいりごはん		こめ むぎ		600 kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			29.9 g
	かじきのてりやき	かじき	あぶら さとう かたくりこ	しょうが	16.7 g
	のっぺいじる <small>バクバク厚木産牛-</small>	とりにく ちくわ	さといも かたくりこ	にんじん だいこん ごぼう ねぎ こまつな	2.3 g
	ひじきのにももの	ひじき あぶらあげ さつまあげ	あぶら さとう	にんじん こんにゃく さやいんげん	
17・水	こめこロールパン		パン		671 kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			30.0 g
	ラザニア <small>バクバク厚木産牛-</small>	ぶたにく チーズ ぎゅうにゅう	あぶら さとう ワンタンのかわ こむぎこ パター	にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム	24.7 g 3.0 g
	しろいんげんまめのスープ	とりにく いんげんまめ	じゃがいも	たまねぎ にんじん キャベツ パセリ セロリー	
	あおなとコーンのソテー		あぶら	こまつな チンゲンサイ とうもろこし	
18・木	ちゅうかどん	ぶたにく なると うずらたまご	こめ むぎ あぶら さとう かたくりこ	たまねぎ にんじん チンゲンサイ たけのこ はくさい しょうが にんにく	612 kcal 23.6 g
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			16.0 g
	はるさめスープ	ハム	はるさめ かたくりこ	ほししいたけ しょうが ねぎ こまつな にんじん	2.4 g
	パインアップル			パインアップル	
19・金	☆おたのしみ☆		わかめ	こめ むぎ	607 kcal
		ぎゅうにゅう			26.3 g
		くじら おから	かたくりこ あぶら	しょうが にんにく	14.9 g
		こんぶ とうふ	あぶら さといも	ごぼう にんじん だいこん ねぎ こんにゃく こまつな	2.6 g
		かつおぶし	さとう	キャベツ にんじん みかんゼリー	
22・月	むぎいりごはん		こめ むぎ		638 kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			25.4 g
	いりどうふ	ぶたにく とうふ	あぶら じゃがいも さとう	たまねぎ にんじん さやいんげん	20.4 g
	かわりじょうゆあえ	あぶらあげ	さとう ごま	こまつな ねぎ しょうが にんにく	1.9 g
	あじつけのり	のり			
23・火	あんかけやきそば	ぶたにく	ちゅうかめん あぶら かたくりこ	たまねぎ にんじん ほししいたけ キャベツ もやし こまつな	632 kcal 25.0 g
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			26.2 g
	あげポークしゅうまい	しゅうまい	あぶら		2.3 g
	あんにんデザート	あんにんどうふ			
24・水	コッペパン		パン		647 kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			28.3 g
	カレーシチュー	ぶたにく おから スキムミルク	あぶら じゃがいも こむぎこ パター	たまねぎ にんにく にんじん グリーンピース	26.8 g 2.8 g
	フレンチサラダ	ハム	さとう あぶら	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ とうもろこし	
	かたぬきチーズ	チーズ			
25・木	むぎいりごはん		こめ むぎ		622 kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			29.4 g
	さけのしおやき	さけ			19.7 g
	ぐだくさんみそしる	なまあげ みそ	じゃがいも	ごぼう にんじん だいこん ねぎ こまつな	2.7 g
	ごもくまめ	だいず こんぶ	あぶら さとう	こんにゃく にんじん ほししいたけ	
26・金	はいがパンズライス		パン		600 kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			29.7 g
	てりやきチキン	とりにく	さとう かたくりこ	しょうが にんにく たまねぎ りんご	21.5 g
	カントリースープ	ベーコン	あぶら じゃがいも	たまねぎ にんじん セロリー はくさい こまつな	2.7 g
	オレンジ			オレンジ	

日・曜	献立名	あかの食品	きいろの食品	みどりの食品	栄養価 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
		おもに体をつくる	おもに熱や力のもとになる	おもに体の調子を整える	
29・月	チャーハン	いりたまご ハム	こめ あぶら	ねぎ	661 kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			30.4 g
	しせんどうふ	ぶたにく どうふ みそ	あぶら さとう かたくりこ	にんにく しょうが たまねぎ にんじん チンゲンサイ ねぎ	21.0 g
	パンサンスー	ハム	はるさめ あぶら さとう ごま	にんじん もやし きゅうり	2.8 g
	りんご			りんご	
30・火	むぎいりごはん		こめ むぎ		631 kcal
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			29.8 g
	まぐろとだいずのごまだれ	まぐろ だいず	かたくりこ あぶら さとう ごま	しょうが にんにく	19.7 g
	さわにわん	ぶたにく あぶらあげ		たまねぎ にんじん ごぼう だいこん ほししいたけ こまつな ねぎ	1.7 g
	ひじきふりかけ	ちりめんじゃこ ひじき かつおぶし	さとう		
31・水	ロールパン		パン		612 kcal
	オレンジジュース			オレンジジュース	24.6 g
	ハンバーグ ケチャップソース	ハンバーグ	あぶら		19.8 g
	コーンポタージュ	とりにく ぎゅうにゅう クリーム	バター かたくりこ	たまねぎ にんじん パセリ とうもろこし	2.4 g
	ブロッコリーのサラダ	ハム	さとう あぶら	ブロッコリー キャベツ	
				エネルギー	640 kcal
				たんぱく質	24.0 g
				脂質	17.8~21.3g
				食塩相当量	2.5g以下

- ※ 食材等により献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。
- ※ おたのしみ給食の内容につきましては、別途お問い合わせください。
- ※ 掲載されているもの以外の調味料等も使用しています。
- ※ バクバクあつぎさんデーでは、地域でとれた野菜を使用しています。
- ※ ★は食物アレルギーの特定原料7品目を除いた給食の日「もぐもぐセブンオフデー」です。

あけまして おめでとございます

1月24日から30日は 全国学校給食週間です

学校給食の始まりは、明治22年、山形県の小学校で お弁当を持ってこれない子ども達のために 食事を提供したことから いわれています。

その後、戦争による食糧不足で一旦中止になりましたが、戦後、海外からの援助物資を使って 再開されることになりました。その試験給食が実施された昭和21年12月24日を記念して12月24日を“学校給食記念日”としましたが、この日は学校が冬休みになってしまうため、1か月後の1月24日から1週間が『全国学校給食週間』となりました。

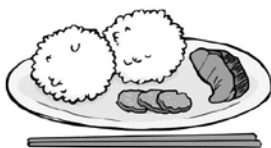
厚木市では、1月24日の給食記念日を含む一週間を“給食週間”にしています。今回の給食週間では、なつかしの給食をイメージした料理を とりいれました。



給食の うつりかわり

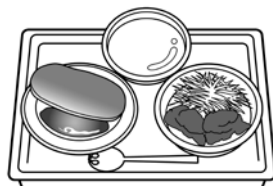
・明治22年

おにぎり、焼き魚、漬物
などの、ご飯と野菜や魚の
おかずが中心でした。



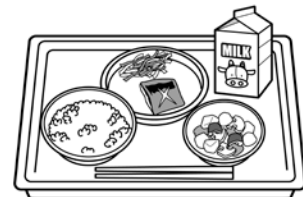
・戦後（昭和25年頃）

パン・ミルク・おかずが基本で、
外国等からの支援物資の脱脂粉乳や
小麦等を使って作られました。



・現在

郷土食や行事食をとりいれるなど、バラ
エティー豊かです。また、バランスの良
い食事のお手本となるよう、“教材”と
しての役割も担っています。



☆給食費について☆

- 給食費の自動振替日は、毎月末（末日が土日等の場合、翌営業日）です。
- 預金口座の残高を毎月ご確認ください。残高不足になると、引き落としができませんのでご注意ください。
- 平成29年度口座振替の振り替え日

5/31・6/30・7/31・8/31・10/2・10/31・11/30・1/4・1/31・2/28・4/2