
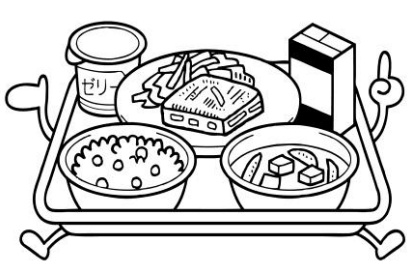

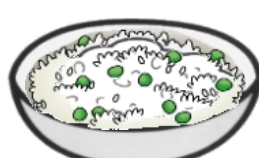


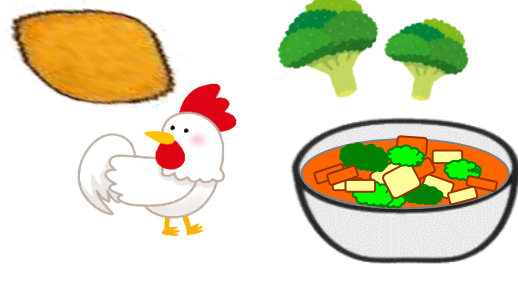



令和7年度 1月 学校給食予定献立表

山川学校給食センター

	月	火	水	木	金
	<p>今月の業者配送はありません。ソースの袋やジャムなどのごみはセンターで回収します。各クラスひとまとめにして、コンテナに入れてください。</p> 	<p>今月使用する加工食品について</p> <p>14日(水) 揚げ餃子</p> <p>16日(金) たちうおつみれ</p> <p>22日(木) 桜島小みかんゼリー</p> <p>28日(水) さつまパイ</p> <p>29日(木) チキンカツ</p>	<p>献立の配ぜん図</p>  <p>肉・魚・卵・豆・豆製品</p> <p>牛乳・乳製品・小魚・海そう</p> <p>緑 黄色野菜</p> <p>淡色 野菜・果物</p> <p>穀類・芋類・さとう</p> <p>油脂</p> <p>小学校の栄養価</p> <p>中学校の栄養価</p>	<p>8</p> <p>はさむ</p> <p>③タコスサンドの具</p> <p>①ドッグパン ②じゃがいもとマカロニのカレースープ</p> <p>②ウィンナー③豚肉③大豆</p> <p>②にんじん③トマト</p> <p>②③玉ねぎ②枝豆</p> <p>①ドッグパン②じゃがいも②マカロニ③さとう③小麦粉</p> <p>②③オリブオイル</p> <p>600 747</p> <p>26.9 32.8</p>	<p>9</p> <p>アンコール給食</p> <p>③紅白なます</p> <p>★①わかめごはん ②さつま雑煮</p> <p>②鶏肉②かまぼこ③油揚げ</p> <p>牛乳①わかめ</p> <p>②③にんじん</p> <p>②白菜②小大豆もやし②しいたけ③だいこん</p> <p>①米①麦②餅②里芋③さとう</p> <p>③ごま</p> <p>593 711</p> <p>23.0 27.1</p>
1群					
2群					
3群					
4群					
5群					
6群					
エネルギー(kcal)					
たんばく質(g)					
	<p>食べ物の大切さと、みんなで支えあう心を学ぶ日にしましょう。</p>  <p>一月十七日は「おむすびの日」です。</p>	<p>13</p> <p>鏡開き</p> <p>★③あずきもち</p> <p>①黒糖パン ②寄せ鍋スープ</p> <p>②鶏団子②豆腐②油揚げ③小豆</p> <p>牛乳</p> <p>②にんじん②葉ねぎ</p> <p>②白菜②しいたけ</p> <p>①黒糖パン②マロニー③白玉餅③さとう</p> <p>603 791</p> <p>24.9 31.5</p>	<p>14</p> <p>アンコール給食</p> <p>★③揚げ餃子</p> <p>①麦ごはん ②チゲ鍋</p> <p>②豚肉②豆腐②麦みそ②赤みそ③餃子</p> <p>牛乳</p> <p>②にんじん</p> <p>②玉ねぎ②白菜キムチ②小大豆もやし②深ねぎ</p> <p>①米①麦</p> <p>②③油②ごま油</p> <p>656 772</p> <p>24.5 28.0</p>	<p>15</p> <p>③マカロニサラダ</p> <p>①コッペパン ②ウィンナーと大豆のケチャップ煮</p> <p>②ウィンナー②大豆</p> <p>牛乳</p> <p>②③にんじん②トマト②パセリ</p> <p>②玉ねぎ②しめじ③きゅうり③コーン</p> <p>①コッペパン②じゃがいも②さとう③マカロニ</p> <p>②油③ノンエッグマヨネーズ</p> <p>593 746</p> <p>22.4 27.4</p>	<p>16</p> <p>まぜる</p> <p>③きつね寿司の具</p> <p>①すし飯 ②たちうおつみれ汁</p> <p>②絹揚げ②たちうおつみれ③油揚げ③豚肉③大豆</p> <p>牛乳②わかめ</p> <p>②③にんじん</p> <p>②玉ねぎ②えのきたけ②③しいたけ③枝豆</p> <p>①米③さとう</p> <p>③油③ごま</p> <p>607 727</p> <p>24.0 28.1</p>
1群					
2群					
3群					
4群					
5群					
6群					
エネルギー(kcal)					
たんばく質(g)					
	<p>19</p> <p>アンコール給食</p> <p>③コーンサラダ</p> <p>①麦ごはん ②ミートボールカレー</p> <p>②ミートボール②金時豆</p> <p>牛乳②スキムミルク②チーズ</p> <p>②③にんじん</p> <p>②玉ねぎ②グリーンピース②りんご③きゅうり③キャベツ</p> <p>③コーン</p> <p>①米①麦②じゃがいも③さとう</p> <p>②③油</p> <p>649 785</p> <p>20.4 23.6</p>	<p>20</p> <p>③青のりポテトビーンズ</p> <p>①ミルクパン ②ABCトマトスープ</p> <p>②鶏肉③大豆③ウィンナー</p> <p>①牛乳③あおりのり</p> <p>②にんじん②パセリ②トマト</p> <p>②キャベツ②玉ねぎ③コーン</p> <p>①ミルクパン②マカロニ②さとう③じゃがいも</p> <p>②③油</p> <p>615 768</p> <p>24.9 30.4</p>	<p>21</p> <p>アンコール給食</p> <p>かける</p> <p>③ひじきとじゃこの佃煮</p> <p>①麦ごはん ②肉じゃが</p> <p>②豚肉②絹揚げ③田作り煮干し③かつお節</p> <p>牛乳③ひじき③昆布</p> <p>②にんじん</p> <p>②玉ねぎ②こんにやく②きぬさや</p> <p>①米①麦②じゃがいも②③さとう</p> <p>③ごま</p> <p>601 721</p> <p>25.1 29.6</p>	<p>22</p> <p>アンコール給食</p> <p>★③桜島小みかんゼリーポンチ</p> <p>①小型コッペパン ②ペンネポロニヤ風</p> <p>②豚肉②大豆</p> <p>牛乳②チーズ</p> <p>②にんじん②パセリ②ピーマン②トマト</p> <p>②玉ねぎ②しめじ③みかん③パイン③ナタデココ③桜島小みかんゼリー</p> <p>①コッペパン②マカロニ②さとう</p> <p>②油</p> <p>601 756</p> <p>24.3 29.7</p>	<p>23</p> <p>アンコール給食</p> <p>かける</p> <p>★③ビビンバ丼</p> <p>①麦ごはん ②水餃子スープ</p> <p>②水餃子③豚肉③大豆</p> <p>牛乳</p> <p>②③にんじん③ほうれん草</p> <p>②③玉ねぎ②チンゲンサイ②しいたけ③小大豆もやし③白菜キムチ</p> <p>①米①麦②春雨③さとう</p> <p>②③ごま油③ごま</p> <p>602 719</p> <p>23.4 27.4</p>
1群					
2群					
3群					
4群					
5群					
6群					
エネルギー(kcal)					
たんばく質(g)					
	<p>26</p> <p>指宿市制20周年献立</p> <p>③さばのピリ辛焼き</p> <p>①まめこぞうごはん ②ふるさと豚汁</p> <p>②豚肉②厚揚げ②麦みそ③さば</p> <p>牛乳</p> <p>②にんじん②小松菜</p> <p>①まめこぞう②大根②こんにやく</p> <p>①米②さつまいも③さとう</p> <p>③ごま③ごま油</p> <p>600 700</p> <p>29.4 32.7</p>	<p>27</p> <p>指宿『旬』野菜の日</p> <p>③スナップえんどうのごまドレサラダ</p> <p>①コッペパン ②地元野菜入り甘酢煮</p> <p>②ミートボール②うずら卵</p> <p>牛乳</p> <p>②③にんじん②ピーマン</p> <p>②玉ねぎ②たけのこ③スナップえんどう③キャベツ③コーン</p> <p>①コッペパン②じゃがいも②③さとう②片栗粉</p> <p>②油③ごま③オリブオイル</p> <p>600 745</p> <p>24.3 29.6</p>	<p>28</p> <p>鹿児島まるごとの日</p> <p>③さつまパイ</p> <p>①さつますもじ ②指宿産オクラのすまし汁</p> <p>②鶏肉①さつま揚げ②豆腐②かまぼこ</p> <p>牛乳</p> <p>②にんじん</p> <p>①たけのこ①ごぼう①きぬさや①しいたけ②玉ねぎ②えのきたけ②オクラ</p> <p>①米①さとう③さつまパイ</p> <p>①③油</p> <p>668 759</p> <p>21.5 24.5</p>	<p>29</p> <p>鹿児島まるごとの日</p> <p>③鹿児島県産チキンカツ</p> <p>①チーズパン ②指宿産ブロッコリー入りコンソメスープ</p> <p>②鶏団子③チキンカツ</p> <p>牛乳①チーズ</p> <p>②にんじん</p> <p>②白菜②ブロッコリー</p> <p>①チーズパン②さつまいも</p> <p>③油</p> <p>616 743</p> <p>27.9 32.0</p>	<p>30</p> <p>鹿児島まるごとの日</p> <p>③白菜のおかか和え</p> <p>①ゆかりごはん ②桜島大根と豚肉のみそ煮</p> <p>②豚肉②厚揚げ②麦みそ②赤みそ③かつお節</p> <p>牛乳</p> <p>①しそ②③にんじん</p> <p>②大根②こんにやく②ごぼう③白菜③きゅうり</p> <p>①米①麦②さとう</p> <p>③ごま油③ごま</p> <p>607 725</p> <p>27.4 32.4</p>
1群					
2群					
3群					
4群					
5群					
6群					
エネルギー(kcal)					
たんばく質(g)					
今日の鹿児島県産の食材	<p>・米・まめこぞう・豚肉・厚揚げ</p> <p>・にんじん・大根・こんにやく</p> <p>・さつまいも・小松菜・さば</p>	<p>・にんじん・たけのこ・ピーマン</p> <p>・スナップえんどう・キャベツ</p>	<p>・米・鶏肉・にんじん</p> <p>・さつま揚げ・たけのこ・オクラ</p> <p>・豆腐・さつまパイ</p>	<p>・鶏団子・さつまいも・白菜</p> <p>・にんじん・ブロッコリー</p> <p>・チキンカツ</p>	<p>・米・豚肉・厚揚げ・大根</p> <p>・にんじん・こんにやく・白菜</p> <p>・きゅうり・かつお節</p>
味わう鹿児島をまるごと	<p>生産量国内2位！まめこぞう</p> <p>まんまるでめっちゃあまいこどもも大好きうまいぞう！</p> <p>まめこぞうごはんにします！お楽しみに♪</p> 	<p>指宿『旬』野菜の日「スナップえんどう」</p> <p>指宿市で収穫された新鮮な野菜をお届けします！</p> <p>大粒の豆がぎっしり。</p> <p>スナップえんどうの魅力はなんといっても強い甘みとしゃきしゃきの歯ごたえです。新鮮なものは水分が多く、折るとぽきっと音がします。</p> 	<p>鹿児島の郷土料理「さつますもじ」</p>  <p>鹿児島県ではちらし寿司のことを「すもじ」といいます。さつますもじの特徴は高級な食材は使わずに身近な食材や旬の食材を使っていることです。昔から庶民のお祝い寿司として親しまれてきました。</p>	<p>～鹿児島をまるごと味わう～</p>  <p>開聞にある野菜工場から取り寄せた指宿産のブロッコリーをスープに入れました。鹿児島県産の食材だけを使用して作ります。お楽しみに♪</p>	<p>鹿児島の伝統野菜「桜島大根」</p>  <p>煮物に54kg使っています。</p> <p>桜島大根は世界一大きな大根としてギネスブックに登録されています。現在のギネス記録は重さ「31.1kg」胴回り「119cm」です。</p>