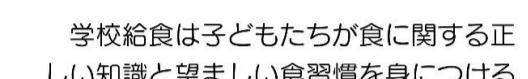
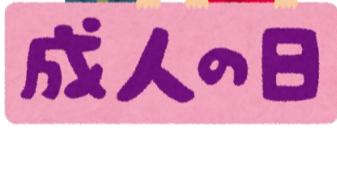


※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に裏面の「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。家庭・学級においても毎日確認してください。

食品群	体内でのはたらき
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をととのえる

恩納村学校給食センター
TEL 966-8515
FAX 982-3868

こ ん だ て	<p>あけましておめでとうございます。本年もおいしい給食をつくってまいりますので、よろしくお願ひいたします。1月は全国学校給食週間があります。これを機に身近な給食の役割について知り、考えてみましょう。</p> <p> 1月24日から30日は 全国学校給食週間 </p> <p>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果たしています。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。</p>																					
	<p> </p> <p>スマホ・ゲーム・テレビは 時間厳守！</p> <p>睡眠不足にならないように決めた時間を守りましょう。</p> <p></p> <p>家族みんなで かぜ予防を！</p> <p>手洗いやうがいをする習慣を身につけて、家族でかぜの予防対策をしましょう。</p>																					
あ か き みどり	<p>家族で給食について語り合ってみませんか</p> <p></p> <p>好きな献立や給食時間の印象深い出来事など、給食の思い出を家族みんなで話してみましょう。今の給食と昔の給食の違うところ、同じところなどを知ることができます。</p>																					
	<p>【リクエストメニュー】</p> <p>1月の献立より、中学3年生にアンケートを行った「もう一度食べたい給食メニュー」を取り入れています。楽しい給食時間を過ごして下さい。</p> <p></p> <p>好きなきらいをしないで いろいろなものを 食べましょう</p>																					
こ ん だ て	<p>7(水) 七草献立 牛乳 七草がゆ 県産厚焼たまご ほうれん草のごま和え 国産だいだいのババロア</p>																					
	<p>8(木) 麦ごはん 回鍋肉 焼き餃子 中華つくねと春雨のスープ ジョア</p>																					
あ か き みどり	<p>9(金) 鏡開き献立 (1/11) 牛乳 麦ごはん まぐろのごまみそ焼き クーブイリチー[○] お雑煮 果物</p>																					
	<table border="1"> <tr> <td>7(水)</td> <td>8(木)</td> <td>9(金)</td> </tr> <tr> <td>牛乳</td> <td>麦ごはん</td> <td>牛乳</td> </tr> <tr> <td>七草がゆ</td> <td>回鍋肉</td> <td>麦ごはん</td> </tr> <tr> <td>県産厚焼たまご</td> <td>焼き餃子</td> <td>まぐろのごまみそ焼き</td> </tr> <tr> <td>ほうれん草のごま和え</td> <td>中華つくねと春雨のスープ</td> <td>クーブイリチー[○]</td> </tr> <tr> <td>国産だいだいのババロア</td> <td>ジョア</td> <td>お雑煮</td> </tr> </table>					7(水)	8(木)	9(金)	牛乳	麦ごはん	牛乳	七草がゆ	回鍋肉	麦ごはん	県産厚焼たまご	焼き餃子	まぐろのごまみそ焼き	ほうれん草のごま和え	中華つくねと春雨のスープ	クーブイリチー [○]	国産だいだいのババロア	ジョア
7(水)	8(木)	9(金)																				
牛乳	麦ごはん	牛乳																				
七草がゆ	回鍋肉	麦ごはん																				
県産厚焼たまご	焼き餃子	まぐろのごまみそ焼き																				
ほうれん草のごま和え	中華つくねと春雨のスープ	クーブイリチー [○]																				
国産だいだいのババロア	ジョア	お雑煮																				
こ ん だ て	<p>10(土)</p> <p></p> <p>成人の日</p>																					
	<p>11(日)</p> <p>牛乳 黒糖揚げパン アーモンドサラダ ABCコンソメスープ</p>																					
あ か き みどり	<p>12(月)</p> <p></p> <p>成人の日</p>																					
	<p>13(火)</p> <p>牛乳 黒糖揚げパン アーモンドサラダ ABCコンソメスープ</p>																					
こ ん だ て	<p>14(水)</p> <p>牛乳 麦ごはん さばの生姜焼き テークニイリチー[○] 冬野菜のみそ汁</p>																					
	<p>15(木)</p> <p>牛乳 麦ごはん コーン焼壳 茎わかめの和え物 マーボー豆腐</p>																					
あ か き みどり	<p>16(金)</p> <p>牛乳 麦ごはん ジャンバラヤ プレーンオムレツ ヌードルスープ 果物</p>																					
	<p>17(土)</p> <p>牛乳 きな粉 脱脂粉乳 ハム 鶏肉 白いんげん</p>																					
こ ん だ て	<p>18(日)</p> <p>牛乳 きな粉 脱脂粉乳 ハム 鶏肉 白いんげん</p>																					
	<p>19(月)</p> <p>牛乳 深川めし 魚のアーサチーズ焼き 鶏汁 果物</p>																					
あ か き みどり	<p>20(火)</p> <p>牛乳 キムチうどん ごぼうのかき揚げ いんげんのごま和え お芋屋さんのスイートポテト</p>																					
	<p>21(水)</p> <p>牛乳 麦ごはん 鶏肉のピリ辛焼き 糸こんにゃくのチャプチエ[○] ワンタンスープ</p>																					
こ ん だ て	<p>22(木)</p> <p>牛乳 麦ごはん キーマカレー[○] フルーツヨーグルト</p>																					
	<p>23(金)</p> <p>牛乳 麦ごはん きびなごフライ 煮つけ しそひじき</p>																					
あ か き みどり	<p>24(土)</p> <p>牛乳 昆布 ちくわ 厚揚げ きびなごフライ ひじき チリメン 糸け すり</p>																					
	<p>25(日)</p> <p>牛乳 麦ごはん 三温糖 油 揚げ油 でん粉 油</p>																					
こ ん だ て	<p>26(月)</p> <p>全国学校給食週間① 牛乳 麦ごはん ミヌダル 千切りイリチー[○] イナムドウチ</p>																					
	<p>27(火)</p> <p>全国学校給食週間② 牛乳 黒糖パン くるま麩と鶏肉のナゲット 鉄骨サラダ ブロッコリーのトマト煮</p>																					
あ か き みどり	<p>28(水)</p> <p>全国学校給食週間③ 牛乳 くふあジューシー[○] グルクンのもずくあんかけ 沖縄風みそ汁 果物</p>																					
	<p>29(木)</p> <p>全国学校給食週間④ 牛乳 タコライス 麦ごはん タコミート・チーズ ボイルキャベツ 白いんげん豆スープ</p>																					
こ ん だ て	<p>30(金)</p> <p>全国学校給食週間⑤ 牛乳 沖縄そば うじら豆腐 野菜炒め 果物</p>																					
	<p>31(土)</p> <p>牛乳 豚肉 大丸かまぼこ 豆腐 魚す り身 ツナ 糸けずり</p>																					
あ か き みどり	<p>32(日)</p> <p>牛乳 三温糖 すりごま ねりごま 油 三温糖 いりごま</p>																					
	<p>33(月)</p> <p>牛乳 黒糖パン 三温糖 じゅが芋</p>																					
こ ん だ て	<p>34(火)</p> <p>牛乳 玉ねぎ 人参 玉ねぎ 大根 ト マト缶 トマト 胡瓜</p>																					
	<p>35(水)</p> <p>牛乳 白いんげん豆 きざみ大豆 チーズ 白いんげん 鶏肉 脱脂 粉乳 加工乳</p>																					
あ か き みどり	<p>36(木)</p> <p>牛乳 豚肉 大丸かまぼこ 豆腐 魚す り身 ツナ 糸けずり</p>																					
	<p>37(金)</p> <p>牛乳 沖縄そば うじら豆腐 野菜炒め 果物</p>																					
こ ん だ て	<p>38(土)</p> <p>牛乳 豚肉 大丸かまぼこ 豆腐 魚す り身 ツナ 糸けずり</p>																					
	<p>39(日)</p> <p>牛乳 沖縄そば うじら豆腐 野菜炒め 果物</p>																					
あ か き みどり	<p>40(月)</p> <p>牛乳 豚肉 大丸かまぼこ 豆腐 魚す り身 ツナ 糸けずり</p>																					
	<p>41(火)</p> <p>牛乳 豚肉 大丸かまぼこ 豆腐 魚す り身 ツナ 糸けずり</p>																					