

令和8年1月 学校給食こんだて表

☆今月の目標 八雲でできた食材に 感謝して食べよう!



日	こんだて	おもなざいりょう					
		あかのしょくひん おもに体をつくるものになる食品	みどりのしょくひん おもに体の調子をととのえる食品	きいろのしょくひん おもにエネルギーになる食品			
9 金	牛乳 ごはん ぶりのてりやき こうはくなます しらたまぞうに	ぶり とり肉 正月献立	牛乳 こんぶ	にんじん 青ねぎ	だいこん ゆず しいたけ はくさい	米 さとう さといも しらたまもち	ごま
13 火	牛乳 ごくどうパン とり肉のマーマレードやき げんきサラダ ふゆやさいのとうにゅうスープ	とり肉 チキンハム かつおぶし とうにゅう	牛乳 こんぶ	にんじん プロッコリー	とうもろこし きゅうり キャベツ たまねぎ だいこん かぶ カリフラワー はくさい	こくどうパン マーマレード さとう	油
14 水	牛乳 ごはん あげギョーザ(1人2こ) だいこんのナムル マーボーどうふ	ぶた肉 とり肉 だいizu とうふ みそ	牛乳	にんじん こまつな にら	だいこん たまねぎ にんにく たけのこ キャベツ	米 さとう かたくり粉 小麦粉	ごま油 ごま油
15 木	牛乳 ハヤシライス かいそうサラダ フルーツヨーグルト	ぶた肉 ツナ	牛乳 わかめ ときのり こんぶ ヨーグルト	にんじん	たまねぎ マッシュルーム グリンピース にんにく キャベツ バナナ りんご パイン	米 さとう ゼリー	油 ごま油 ごま油
16 金	牛乳 ごはん いわしのおろしぬきだれかけ あすっこのおひたし さといものみそしる	いわし かつおぶし みそ 油あげ	牛乳 わかめ	あすっこ にんじん	だいこん 白ねぎ はくさい もやし たまねぎ しいたけ	米 かたくり粉 さとう さといも	油
19 月	牛乳 ごはん ぶた肉のしようがいため ゆかりえ あつあげのみそしる	ぶた肉 油あげ みそ	牛乳	あかしそ こまつな にんじん 青ねぎ	たまねぎ キャベツ だいこん ごぼう	米 じゃがいも	油
20 火	牛乳 コッペパン きなこクリーム たらのチリソース ドレッシングサラダ マカロニスープ	たら とり肉 ベーコン	牛乳	青ねぎ トマト にんじん あすっこ	キャベツ たまねぎ かぶ はくさい にんにく	コッペパン きなこクリーム かたくり粉 さとう マカロニ	油
21 水	牛乳 ごはん とり肉のからあげ プロッコリーのアーモンドあえ はくさいのみそしる	とり肉 油あげ とうふ みそ	牛乳	プロッコリー にんじん	キャベツ だいこん はくさい 白ねぎ	米 かたくり粉 さとう	アーモンド 油
22 木	牛乳 ソフトめんカレーソース チーズオムレツ ひじきサラダ ぽんかん	たまご とり肉 ぶた肉 だいizu	牛乳 チーズ ひじき	にんじん ほうれんそう	たまねぎ グリンピース キャベツ りんご にんにく ぽんかん	ソフトめん さとう	油 ドレッシング

3学期がスタートします

☆☆☆今年もおいしい給食をお届けします☆☆☆



※物資の都合上、献立を変更することがありますのでご了承ください。

日	こんだて	おもなざいりょう					
		あかのしょくひん おもに体をつくるものになる食品	みどりのしょくひん おもに体の調子をととのえる食品	きいろのしょくひん おもにエネルギーになる食品			
23 金	牛乳 ごはん さけのゆずみそやき たくあんあえ すいとんじる	さけ 油あげ みそ	牛乳	こまつな にんじん しゅんぎく	はくさい だいこん たくあん ゆず	米 さとう さつまいも すいとん	ごま
26 月	牛乳 ごはん とりにくとこうやどうふのあまがらめ ごまつあえ しんじこのしじみじる	とり肉 こうやどうふ ツナ しじみ みそ	牛乳	にんじん ほうれんそう	えだまめ だいこん 白ねぎ	米 かたくり粉 さとう	油 ごま
27 火	牛乳 りんごパン さわらのマスタードマヨやき あすっこのサラダ ポトフ	さわら チキンウインナー	牛乳	あすっこ にんじん プロッコリー	キャベツ うめ たまねぎ かぶ しめじ	りんごパン じゃがいも	ノンエッグ マヨネーズ
28 水	牛乳 ビビンバどん わかめサラダ ワンタンスープ	ぶた肉 かまぼこ とうふ みそ	牛乳 わかめ	ほうれんそう プロッコリー にんじん チングンサイ 青ねぎ	たけのこ もやし キャベツ たまねぎ だいこん にんにく きくらげ	米 こむぎ粉 さとう	油 ごま油
29 木	牛乳 コッペパン マーマレード ハンバーグのデミグラスソースかけ ごぼうサラダ やさいスープ	とり肉 ぶた肉 チキンハム	牛乳	にんじん	ごぼう キャベツ だいこん はくさい カリフラワー たまねぎ	パン マーマレード さとう じゃがいも	ごま
30 金	牛乳 なめし あごのやきのいそべあげ (小2本、中3本) だいこんのごまマヨあえ いのししる	あごのやき いのしし肉 油あげ みそ	牛乳 青のり	にんじん こまつな 青ねぎ	だいこん どうもろこし こんにゃく はくさい	米 こむぎ粉 さといも	ごま ノンエッグ マヨネーズ 油



1/24~1/30は
「全国学校給食週間」です

八雲学校給食センターでは、全国学校給食週間に、八雲町産のいのししや野菜をたくさん使った献立を取り入れました。また、松江市の特産品を使った「しじみ汁」や「あご野焼きのいそべ揚げ」を取り入れました。お楽しみに！！



学校給食の始まり



明治 22 (1889) 年、山形県の私立忠愛小学校で、貧しい子どもたちへ食事を提供したのが始まりとされています。この学校は大督寺というお寺の中にあり、お坊さんたちが家々を回ってお経を唱え、いただいたお金や食べ物を使って食事を用意していました。大正 12 (1923) 年には、子どもたちの栄養状態を改善するための方法として、学校給食が国から奨励されるなど、各地へ広がりましたが、戦争による食料不足で中止せざるを得なくなってしまいました。

