

令和8年

## 1月の予定献立表

※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。



【栄養指導目標】郷土料理の良さをみつけよう



与儀学校給食センター

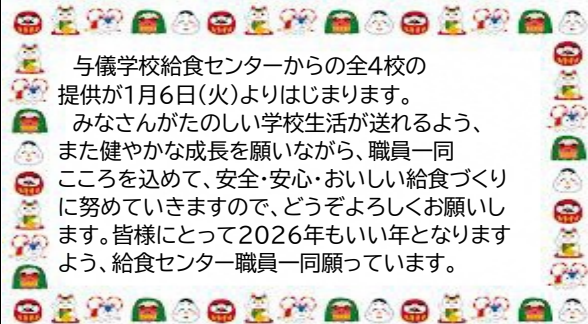
TEL: 917-3481

FAX: 917-3481

食品群	体内での働き
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

学校給食の栄養基準量		E=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
	小学校	650	21.1～32.5	14.4～21.7
	中学校	830	27.0～41.5	18.4～27.7

## 新年あけましておめでとうございます



与儀学校給食センターからの全4校の提供が1月6日(火)よりはじまります。  
みなさんがたのしい学校生活が送れるよう、また健やかな成長を願いながら、職員一同こころを込めて、安全・安心・おいしい給食づくりに努めていきますので、どうぞよろしくお願い致します。皆様にとって2026年もいい年となりますよう、給食センター職員一同願っています。

与儀給食センターでは1月19日~23日を給食週間とし、郷土料理を中心とした献立を提供しています。



## 全国学校給食週間とは

全国学校給食週間は、学校給食の意義や役割などについて理解と関心を高め、より一層の充実をはかることを目的として定められました。  
学校給食は、戦争により中断していましたが、アメリカのLARA（アジア救済公認団体）等の物資援助で再開されました。昭和21年12月24日に給食物資の贈呈式が行われ、この日を「学校給食感謝の日」と定め、後に冬休みと重ならない1か月後の1月24日~30日が「全国学校給食週間」となりました。



	1月の欠食予定	6(火)				7(水)				8(木)				9(金)			
		七 草				七 草				七 草				七 草			
こ ん だ て	1月15日(木) 壺屋小1年(校外学習) 1月21日(水) 真和志中3年 (進路決定) 1月26日(月) 与儀小・大道小 (振替休日) 1月29日(木)・30日(金) 壺屋小5年 (自然教室)	いちごゼリー せんぎりイリチー ゆかりごはん なかみじり				スティックタルト いわしのうめに ななくさがゆ やさいチャンプルー				かいそうサラダ にくだんご なかよしパン ポトフスープ				チンジャオロース ミルメーク むぎごはん 中華コーンスープ			
		E 555 P 23.4 F 15.3 E 700 P 28.9 F 17.4				E 529 P 26.4 F 20.3 E 617 P 31.7 F 23.6				E 531 P 26.2 F 20.5 E 653 P 31.8 F 23.4				E 594 P 23.0 F 14.5 E 713 P 27.7 F 16.4			
こ ん だ て	12(月) 	とうにゅうプリン レバニラいため むぎごはん ワンタンスープ				きなことあげパン (壺屋小・真和志中) はくさいのクリームに こくとうパン (与儀小・大道小)				オレンジ きりぼしだいこんと ひじきのサラダ むぎごはん ふたすきやき				ささみカツ わふうスパゲッティー だいこんの あまずサラダ			
		E 562 P 21.7 F 12.9 E 701 P 26.3 F 14.1				E 638 P 27.8 F 21.3 E 765 P 33.7 F 30.2				E 587 P 25.5 F 12.5 E 702 P 30.5 F 13.8				E 544 P 26.9 F 19.5 E 703 P 34.0 F 24.8			
こ ん だ て	19(月) 学校給食週間	ちんすこう きびなごのからあげ アーサ入りジュシー ミミガーの すみそあえ				みかん ヌンクーグラー むぎごはん イナムドッチ				めん バナナ 肉野菜そば シークワサーあえ				フルーツポンチ むぎごはん ポークカレー			
		E 689 P 36.6 F 24.0 E 745 P 31.5 F 26.1				E 608 P 24.3 F 19.3 E 727 P 29.0 F 22.4				E 526 P 23.7 F 20.6 E 737 P 31.0 F 25.3				E 657 P 22.0 F 17.5 E 837 P 26.7 F 20.3			
こ ん だ て	26(月)	かぼちゃきにくフライ ちゅうかおこわ あおなごまあえ				二色ごはん(あえもの) 二色ごはん(とりそばろ) むぎごはん わかめスープ				りんご スタミナどん むぎごはん バンサンスー				ハンバーグのソースかけ カラフルピラフ キャベツのレモンあえ			
		E 637 P 18.6 F 25.1 E 755 P 20.9 F 30.1				E 558 P 23.6 F 15.8 E 704 P 28.8 F 18.1				E 568 P 21.0 F 13.3 E 720 P 25.3 F 14.8				E 596 P 21.9 F 21.7 E 735 P 27.0 F 26.5			

※材料・天候によって献立を変更することがあります。