

日	曜日	献立名			おもに体の組織をつくる		おもに体の調子を整える		おもにエネルギーになる		献立のねらい	エネルギー(kcal)	
					1群	2群	3群	4群	5群	6群			
		主食等・スプーン	牛乳	副食	肉・魚・卵・豆・豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜くだもの・きのこ	穀類・いも・さとう	油脂・種実		小学校	中学校
8	木	ミルクパン 		七草ぞうすい 鶏肉の香味揚げ チンゲン菜のおひたし	とり肉卵 かつおぶし	牛乳 あおのり	ほうれんそう しゅんぎく にんじん みずな ねぎ チンゲンサイ	大根 白菜 しいたけ しょうが キャベツ もやし	ミルクパン 米 上新粉 でん粉	油	七草がゆ (7日)	641	818
9	金	たきこみごはん		白身魚のさくさく揚げ 食べて菜のアーモンドあえ ぜんざい	とり肉 メルルーサ 小豆	牛乳	にんじん 食べて菜	ごぼう 枝豆 しいたけ キャベツ	米 こんにやく 砂糖 でん粉 上新粉 白玉だんご	油 アーモンド	鏡開き (11日)	673	840
12	月	成人の日											
13	火	コッペパン 【小中】メープルジャム 		ポークビーンズ ひじきとツナのサラダ いりことアーモンドのオリーブオイル	ぶた肉 ベーコン 大豆 まぐろ	牛乳 ひじき かえり	にんじん パセリ	たまねぎ グリーンピース キャベツ きゅうり コーン	コッペパン じゃがいも 【小中】メープルジャム	油 和風ごまドレッシング アーモンド オリーブ油	豆の栄養	612	766
14	水	年明け八菜うどん		きびなごのフライ 小松菜のごまドレッシングあえ 【中】アーモンド	ぶた肉 ハム	牛乳 きびなご	にんじん ねぎ こまつな	しょうが 白菜 たまねぎ 大根 ごぼう しいたけ もやし コーン	うどん 砂糖	油 ごま 【中】アーモンド	年明けうどん	629	828
15	木	セルフドッグ (さぬきの夢パン) 		(ウインナー・ゆで野菜・ケチャップ) クラムチャウダー オレンジ	ウインナー ベーコン あさり	牛乳 だっし粉乳 クリーム	にんじん チンゲンサイ	キャベツ きゅうり たまねぎ しめじ オレンジ	全粒粉パン じゃがいも 小麦粉	油 バター	交流都市 ガダルルペ市	680	809
16	金	麦ごはん		さけの黄金焼き なます あんもち雑煮	さけ みそ	牛乳 ちりめん あおのり	にんじん ねぎ	かぶ 大根 きゅうり	米 麦 砂糖 あんもち	エッグフリーマヨネーズ	正月料理	658	819
19	月	食育の日 麦ごはん		ししゃもの磯辺揚げ 七日炊きごぼう とり野菜	とり肉 みそ	牛乳 持ちし ししゃも あおのり	にんじん しゅんぎく	ごぼう にんにく しめじ たまねぎ もやし 白菜 白ねぎ しょうが	米 麦 てんぷら粉 砂糖 こんにやく	油 ごま	石川県 七尾市	615	788
20	火	【幼小】きなこあげパン 【中】コッペパン 		香川県産冬野菜のシチュー ブロッコリーサラダ 【中】ココアワッフル	【幼小】きなこ とり肉 ハム	牛乳 だっし粉乳	にんじん チンゲンサイ パセリ ブロッコリー	大根 たまねぎ レタス しめじ キャベツ コーン	コッペパン 砂糖 でん粉 じゃがいも 小麦粉 【中】ココアワッフル	油 バター	冬野菜の栄養	617	747
21	水	城坤小リクエスト ごはん		鶏肉の照り焼き 元気サラダ 豚汁 みかんクレープ	とり肉 ハム かつおぶし ぶた肉 みそ	牛乳 こんぶ	にんじん ねぎ	しょうが コーン キャベツ きゅうり ごぼう 大根 たまねぎ	米 でんぶん 砂糖 さつまいも こんにやく みかんクレープ	油	城坤小 リクエスト	719	872
22	木	【中】あげパン 【幼小】コッペパン チョコ大豆バター 		白菜と肉団子のスープ 五目サラダ ぼんかん	肉団子 あさり ちくわ 【中】きな粉	牛乳	にんじん チンゲンサイ みずな	白菜 たまねぎ しいたけ しょうが れんこん キャベツ 枝豆 ぼんかん	コッペパン はるさめ 砂糖	エッグフリーマヨネーズ ごま 【幼小】チョコ大豆バター	ぼんかん	588	802
23	金	冬野菜カレー (ダイシモチ入りごはん) 		ひじきのマリネ キウイフルーツ	ベーコン ぶた肉 ハム	牛乳 チーズ だっし粉乳 ひじき	にんじん ほうれんそう	かぶ れんこん たまねぎ にんにく りんご きゅうり キウイ	米 ダイシモチ じゃがいも 砂糖 小麦粉	油	カレーの材料	614	753
26	月	丸亀の日 麦ごはん		コノシロの甘酢漬け 食べて菜のいそかあえ けんちん汁 しょうゆ豆	コノシロ とうふ 油あげ しょうゆ豆	牛乳 のり ちりめん	にんじん パセリ 食べて菜 ねぎ	たまねぎ もやし 大根 しめじ	米 麦 砂糖	油	郷土料理 しょうゆ豆	624	776
27	火	米粉パン 		鶏肉のレモンソース カミカミサラダ 卵とレタスのスープ	とり肉 さきいか ハム ベーコン 卵	牛乳 チーズ だっし粉乳 ひじき	にんじん パセリ ねぎ	レモン ごぼう コーン キャベツ レタス たまねぎ えのきたけ	米粉パン 上新粉 でん粉 砂糖	油 ごま	香川県産 レタス	632	801
28	水	カミカミデー いりこめし		さばの塩焼き ほうれん草と白菜のごまあえ ふしめん汁 和三盆	油あげ さば	牛乳 かえり	にんじん ほうれんそう ねぎ	ごぼう しいたけ 枝豆 コーン 白菜 大根 たまねぎ	米 ふしめん 和三盆	油 ごま	郷土料理 いりこめし	641	772
29	木	コッペパン 		オリーブ豚のハンバーグ ポテトサラダ ABCスープ キャンディチーズ	とうふ ぎゅう肉 ぶた肉 ハム ベーコン	牛乳 ひじき チーズ	にんじん チンゲンサイ パセリ	たまねぎ きゅうり コーン レタス キャベツ しめじ	コッペパン パン粉 じゃがいも 英字パスタ	油 エッグフリーマヨネーズ	オリーブ豚	649	815
30	金	黒豆おこわ		小いわしのフライ 百花の雪花煮(まんぼのけんちゃん) チヌ団子入り月菜汁	黒豆 てんぷら 油あげ とうふ チヌ団子 みそ	牛乳 小いわし	ひやっか にんじん ねぎ	大根 白菜 白ねぎ	米 もち米 砂糖	油	郷土料理 百花の雪花	619	770

【かがわ印給食ウィーク】(26日～30日) 香川県でとれた農水畜産物を使った学校給食を提供する取組の週間。

*献立は、材料その他の都合により変更することがあります。

*エネルギーは、小学校4年生(基準値660Kcal・中学校2年生830Kcal)の値です。

今月はこれを使うのじゃ!

丸亀市産食材

白菜 にんにく キャベツ 食べて菜 チンゲンサイ ほうれんそう 百花 大根(有機) レタス かぶ
じゃがいも(有機) パセリ 小松菜 黒豆 春菊 にんじん(有機)

香川県産の食材

米 大麦 ダイシモチ 牛乳 卵 米粉パン さぬきの夢パン いりこ ちりめん ブロッコリー 金時にんじん 水菜
葉ねぎ セロリ 小イワシ コノシロ オリーブ豚 とり肉 キウイフルーツ

全国学校給食週間(24日～30日)

日本の学校給食は明治時代に始まりました。戦時中一時中断されましたが、戦後、世界からの支援で再スタートを切ることができました。いち早く、教育の一環として制度が整えられてきたこともあり、現在ではその先進性が世界から注目されています。全国学校給食週間中は、郷土料理や地場産物が多く登場します。

香川県産農水産物「コノシロ」「オリーブ豚」

26日は、香川県でとれた「コノシロ」の甘酢漬け、29日のハンバーグには、香川県でオリーブ飼料を食べて育ったオリーブ豚を使用しています。