

令和8年 1月 献立表



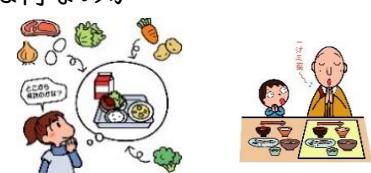
城西小学校給食室 TEL・FAX 917-3472

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
650kcal	21.1~32.5g	14.4~21.7g	

こんだて&おもい

1月の給食目標『給食について考えよう』

給食は単なる「昼ごはん」ではなく教育活動として行われるもの。食べ方は生き方に大きく関わります。給食時間は「生きる力」をはぐくむ時間です。そして「生きる力」とは何なのかかんがえてみましょう。



こんだて&おもい

毎日、給食室前のそうじ、給食準備やかたづけのサポート、給食放送など、給食委員会の5・6年生が取り組んでいます。城西小を食の面から支えているみなさんです!



えいようか

大人になったことを自覚し、自ら生き抜こうとする青年を祝いはげます日



成人の日

えいようか

12(月)『成人の日』

おとな大人になったことを自覚し、自ら生き抜こうとする青年を祝いはげます日



成人の日

えいようか

19(月)学校給食週間①

タンカン
さわらのシークワーサーやき
ウサチー



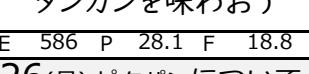
くふあじゅーしい
タンカンを味わおう



えいようか

26(月)ピタパンについて

バナナ
チーズチリビーンズ
クリームコーンシチュー



ピタパン(ひろげてはさむ)
まめ豆をはさんで食べよう



えいようか

1月24日は学校給食記念日



1月24日は学校給食記念日



戦争で中断していた学校給食が再開されたことを記念してできたものです。今年度は旧暦行事の紹介や郷土料理の提供、地元食材の活用に一週間取り組みます。城西っ子の健康と息災を願ってムーチーも手作りします。手作りムーチーの味をお楽しみに!

沖縄料理はヌチグスいやさ～



こんだて&おもい

6(火)2学期後半がスタート

べにいもごまだんご
タマナーチャンプレー



ごはん 赤魚のみそ汁



1月の給食目標

E 632 P 25.8 F 17.8

7(水)ななくさをたべよう

さばのてりやき
フーリイチー



ウチナー七草がゆ



春の命をわけていただく

E 462 P 29.2 F 15.4

8(木)とうふを食べよう

りんご
もやしのナムル



ごはん マーボーどうふ

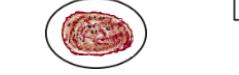


とうふは栄養満点

E 574 P 22.8 F 16.8

9(金)おはしの使い方

おいもの天ぷら
ブロッコリーのじゃこサラダ



カレーにこみうどん



よくかんで食べよう

E 484 P 21.4 F 18.5

こんだて&おもい

13(火)かがみびらき給食

小松菜のいそかあえ
ぶた肉と白菜のあんかけ



ごはん 沖縄ぜんざい



かみさまやど神様が宿るおもち?

E 646 P 19.8 F 18.5

14(水)おこめのルウ

ブロッコリーのおかかあえ
米粉のクリームシチュー



あげパン

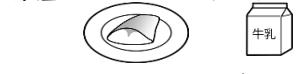


こめこについて

E 567 P 23.0 F 22.2

15(木)たまごのえいよう

県産マグロごまみそやき
いりたまどうふ



五目たきこみごはん



たんぱく質をとろう

E 584 P 31.5 F 20.3

16(金)おからのえいよう

チーズおから
イワシのしょうがに



ごはん うちなーみそ汁



大豆からできるたのもの

E 609 P 31.0 F 18.7

こんだて&おもい

20(火)学校給食週間②

こくとうちんすこう
もずくどん



ごはん チムシンジ



ちんすこうについて

E 705 P 27.6 F 22.2

21(水)学校給食週間③

いちご
にくやさいいため



おきなわそば



るくじゅーについて

E 522 P 26.2 F 19.6

22(木)学校給食週間④

手作りムーチー
クーブリイチー



黒米ごはんいなむどうち



ウニムーチー(鬼餅)

E 645 P 22.7 F 14.5

23(金)学校給食週間⑤

シークワーサーゼリー
ミヌダル



ゆかりごはん なかみ汁



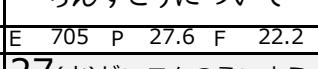
せんご戦後の給食で命をつなぐ

E 691 P 28.5 F 27.1

こんだて&おもい

26(月)ピタパンについて

バナナ
チーズチリビーンズ
クリームコーンシチュー



ピタパン(ひろげてはさむ)
まめ豆をはさんで食べよう

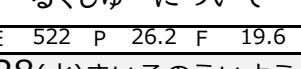


ピタパンについて

E 586 P 28.1 F 18.8

27(火)だいこんのえいよう

大根のあまずあえ
はるまき



ごはん すいぎょうざスープ

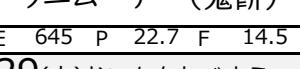


だいこんのえいよう

E 623 P 17.3 F 21.2

28(水)きいろのえいよう

カルフィッシュ
たくあんのごまあえ



ごはん 塩豚肉じゃが

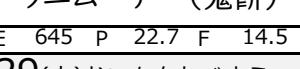


ごはんで体をあたためる

E 587 P 23.4 F 17.6

29(木)おいもをたべよう

いろどりサラダ
ミートトマトポテトのスパゲティ



ごはん チーズがらめ

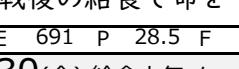


じゃがいものえいよう

E 545 P 25.6 F 20.4

30(金)給食人気メニュー

いちごクレープ
だいこんサラダ



米粉チキンカレー



がくしゅうはっぴょうかい学習発表会おつかれさま

E 684 P 20.7 F 23.1

※給食に使われている食材は、うら面の「詳細献立表」に記載しています。