令和６年度

１ 月 給 食 献 立 予 定 表

秩父市立北部共同調理場

日	曜	主　食	牛乳	お　か　ず	血や肉、骨や歯になる食品（赤）	熱や力のもとになる食品（黄）	からだの調子を整える食品（緑）	ｴﾈﾙｷﾞｰ kcal	ﾀﾝﾊﾟｸ質 g
9	木	わかめごはん	牛乳	厚揚げの五目煮 厚焼きたまご 磯香和え	牛乳　わかめ　生揚げ 豚肉　たまご　のり	ごはん　油　砂糖 でん粉	玉葱　人参　筍　いんげん ほうれん草　キャベツ もやし	787	35.4
10	金	ライスボール パン	牛乳	お雑煮 つくねの和風あん② チーズサラダ	牛乳　鶏肉 かまぼこ　チーズ	パン　上新粉　でん粉 砂糖　油　ごま パン粉	白菜　大根　葱　人参 ごぼう　小松菜　椎茸 ほうれん草　キャベツ とうもろこし　玉葱	757	27.7
14	火	ごはん	牛乳	キムチ鍋 埼玉まんじゅう② チョレギサラダ	牛乳　豚肉　豆腐 わかめ　のり　鶏肉	ごはん　油　砂糖 ごま　ごま油　でん粉 パン粉	キムチ　白菜　大根　人参 葱　にら　キャベツ　もやし 小松菜　生姜	802	36.9
15	水	地粉うどん	牛乳	根菜ごまうどんの汁 竹輪の磯辺揚げ② こまツナサラダ	牛乳　鶏肉　油揚げ 竹輪　のり　まぐろ	うどん　里芋　ごま 小麦粉　でん粉　油 砂糖	大根　人参　葱　ごぼう 椎茸　小松菜　キャベツ もやし　とうもろこし	748	32.3
16	木	しゃくし菜 ピラフ	牛乳	豆腐とたまごのスープ 深谷ねぎメンチカツ いちごゼリー	牛乳　ハム　豆腐 たまご　鶏肉　豚肉	ごはん　マーガリン バター　でん粉　油 パン粉　小麦粉　砂糖	しゃくし菜　玉葱　人参 とうもろこし　小松菜 椎茸　葱　生姜　いちご	788	30.7
17	金	子供パン	牛乳	冬野菜のポトフスープ 煮込みハンバーグ ポテトサラダ（ノンエッグマヨネーズ）	牛乳　ウインナー 鶏肉　豚肉	パン　油　じゃが芋 砂糖　でん粉	キャベツ　玉葱　人参 大根　れんこん　白菜 にんにく　生姜　りんご 胡瓜　とうもろこし	785	28.5
20	月	ごはん	牛乳	じゃがいものそぼろ煮 彩の国なっとう ごま和え	牛乳　鶏肉　大豆	ごはん　じゃが芋 砂糖　油　でん粉 ごま	玉葱　人参　いんげん ほうれん草　キャベツ もやし	786	30.3
21	火	ごはん	牛乳	春雨スープ 白身魚のねぎ塩ソース 切干大根のカレーきんぴら	牛乳　ベーコン たら　豚肉	ごはん　春雨　ごま油 でん粉　油　ごま 砂糖	玉葱　白菜　人参　小松菜 椎茸　葱　にんにく　レモン ごぼう　大根　白滝	781	29.9
22	水	コッペパン スライス	牛乳	ミートソースペンネ アンサンブルエッグ コールスローサラダ（コーンクリーミードレッシング）	牛乳　豚肉　たまご チーズ　ベーコン	パン　マカロニ　油 マーガリン　バター じゃが芋　砂糖 でん粉	玉葱　人参　ピーマン にんにく　キャベツ　胡瓜 とうもろこし　プルーン レモン	773	31.1
23	木	キムたく ごはん	牛乳	さつま汁 さけフライ ヨーグルト	牛乳　豚肉　油揚げ さけ　ヨーグルト	ごはん　油　ごま さつま芋　パン粉 小麦粉	たくあん　キムチ　大根 ごぼう　葱　人参	814	31.9
24	金	ツイストパン	牛乳	白菜のクリーム煮 チキンナゲット② 花野菜サラダ	牛乳　ベーコン 鶏肉　おから	パン　じゃが芋　油 小麦粉　マーガリン バター　砂糖　パン粉 でん粉	白菜　玉葱　人参 ブロッコリー　カリフラワー とうもろこし	782	27.3
27	月	ごはん	牛乳	きのこけんちん汁 さばの味噌煮 コーンとほうれん草のサラダ	牛乳　豆腐　鶏肉 さば	ごはん　里芋　油 砂糖　でん粉	大根　ごぼう　人参　葱 椎茸　なめこ　しめじ こんにゃく　ほうれん草 とうもろこし　もやし	809	33.6
28	火	太田産 華麗舞	牛乳	ポークカレー 秩父こんにゃくサラダ 小魚	牛乳　豚肉　茎わかめ かたくちいわし	ごはん　じゃが芋 油　砂糖　小麦粉 でん粉	玉葱　人参　にんにく 生姜　こんにゃく　小松菜 キャベツ　もやし	801	28.8
29	水	中華めん	牛乳	長崎風ちゃんぽんのスープ 揚げたこ焼き③ 小松菜のナムル	牛乳　豚肉　いか　えび かまぼこ　たこ　たまご	めん　油　ごま油 砂糖　ごま　小麦粉 でん粉	にんにく　キャベツ　もやし 人参　椎茸　葱　生姜 小松菜　大豆もやし	755	33.6
30	木	ごはん	牛乳	いもの子汁 ザンギ わかめとツナの和えもの	牛乳　豆腐　鶏肉 わかめ　まぐろ	ごはん　里芋 じゃが芋　砂糖 小麦粉　油　ごま油 ごま	人参　葱　しめじ こんにゃく　生姜　にんにく キャベツ　胡瓜　もやし	814	41.4
31	金	バターロール	牛乳	パンプキンポタージュ わかさぎフリッター② ひじきと竹輪のサラダ（ごまドレッシング）	牛乳　ベーコン わかさぎ　沖あみ のり　ひじき　竹輪	パン　油　小麦粉 マーガリン　バター でん粉　砂糖　米粉 ごま	かぼちゃ　玉葱　人参 とうもろこし　ブロッコリー	788	25.2

※地粉うどん、中華めんの製造工場においては、卵、そばを含む製品を製造しています。

◆材料の入荷等の都合により、献立の一部が変更になる場合があります。
◆給食に関係する行事については、各学校のおたよりで確認してください。

毎年１月２４日から３０日は「全国学校給食週間」です。

給食は、約１３０年前の明治２２年に山形県でお弁当を持ってこられない貧しい家庭の子供たちのために始められました。当時の献立は「大きいおにぎり、塩鮭、菜の漬物」でした。その後、給食は子供たちに栄養をとってもらうために続けられていましたが、昭和に入って戦争が始まり、更に戦いが激しくなると食べ物が足りなくなって中止になってしまいました。戦争が終わると、栄養の足りない子供たちを助けるために世界の国から脱脂粉乳などがたくさん送られてきて、また給食を始めることができました。約７５年前の昭和２１年１２月２４日のことです。この日は冬休みと重なることが多いため、１ヶ月遅れの１月２４日が『給食記念日』になりました。

皆さんが普段食べている給食には、それぞれの食材を作っている人や牛乳屋さん、パン屋さん、そして給食を作っている調理員さんなど、色々な人の思いがたくさん込められています。作る人の気持ちや食べ物の大切さを知り、感謝の気持ちを持って食事をいただくとともに、心をこめて「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶ができるようになってほしいと思います。

