



# 1がつのこんだてひょう



令和7年度 神興東小学校

に ち	よ う び	牛 乳	こんだてめい		い り こ ん ぶ	しょくひん			ねつ りょう	たんばく しつ	
			しゅしょく	おかず		あかのなかま	みどりのなかま	きいろのなかま			
						からだをつくる(ちやにくになる)	からだのちょうしをととのえる	ねつやちからになる			
9	金	○	むぎ ごはん	まつかぜやき かがみびらき こんだて だいこんのうめドレサラダ せんざい ひじきのふりかけ	なし	ぎゅうにゅう ひじき とりにく たまご チーズ こめみそ あずき	しょうが ★ねぶかねぎ にんじん ★だいこん とうもろこし ★キャベツ うめぼし	こめ むぎ パンこ さとう ごま はちみつ あぶら しらたまもち	643	25.9	
13	火	○	むぎ ごはん	いわしのみぞれに ひじきのいために はくさいのすまじる	○	ぎゅうにゅう いわし ひじき ★だいす あぶらあげ ★わかめ かまぼこ とうふ、いりこ	にんじん しらたき えだまめ ★はくさい しいたけ はねぎ	こめ むぎ あぶら さとう ごま	611	23.9	
14	水	○	なめし	しっぽくうどん カリボリいりこ りんご	なし	ぎゅうにゅう とりにく さつまあげ あぶらあげ いりこ だいす	だいこんば ★だいこん たまねぎ にんじん ★ねぶかねぎ しいたけ ★りんご	こめ むぎ うどんめん じゃがいも ゼラチン さとう	570	24.7	
15	木	○	ぶどう コッペ	コーンシチュー イタリアンサラダ	○	ぎゅうにゅう とりにく なまクリーム チーズ こんぶ	★たまねぎ にんじん とうもろこし えだまめ パセリ ★キャベツ きゅうり	ぶどうパン じゃがいも あぶら さとう バター ★こめこ	622	26.1	
16	金	○	むぎ ごはん	ヤンニヨムチキン チョレギサラダ わかめスープ	なし	ぎゅうにゅう とりにく ハム わかめ かんてん ベーコン とうふ	にんにく にんじん ★キャベツ もやし ★はねぎ	こめ むぎ でんぶん ★こめこ あぶら ごまあぶら さとう はちみつ ごま ドレッシング はるさめ	635	23.8	
19	月	○	むぎ ごはん	アジフライ ちゅうのうソース やさいいため ぶたじる	○	ぎゅうにゅう あじ ベーコン ぶたにく あぶらあげ とうふ ★こめみそ いりこ	★キャベツ とうもろこし にんじん ごぼう だいこん こんにゃく はねぎ しょうが	こめ むぎ あぶら さといも ごまあぶら	611	26.5	
20	火	○	タコ ライス	つけあわせやさい ポトフ ヨーグルト	なし	ぎゅうにゅう ぶたにく だいす チーズ とりにく ヨーグルト	たまねぎ ★セロリ にんにく しょうが トマト ★キャベツ にんじん ★かぶ ★はくさい	こめ あぶら さとう でんぶん じゃがいも	653	26.8	
21	水	○	てりとり どん	つけあわせやさい むらくもじる	○	ぎゅうにゅう とりにく だいす とうふ かまぼこ たまご いりこ	たまねぎ ごぼう にんにく こまつな にんじん もやし えのきたけ ★はくさい ★ねぶかねぎ	こめ むぎ さとう でんぶん あぶら ごまあぶら	563	23.4	
22	木	○	ワンローフ パン	メープル&マーガリン ほうれんそうとトマトのパスタ はなやさいサラダ	○	ぎゅうにゅう ささみチャンク ハム こんぶ	どうもろこし にんじん たまねぎ ほうれんそう トマト ★プロッコリー ★カリフラワー えだまめ	パン メープル&マーガリン スパゲッティ あぶら ゼラチン さとう	582	23.0	
23	金	○	ミンチ カレー	フルーツあえ ふくじんづけ	○	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく だいす しろいんげんまめ チーズ いりこ	にんじん たまねぎ とうもろこし グリンピース しょうが にんにく りんご おうとう みかん ナタデココ パイン ふくじんづけ	こめ むぎ じゃがいも あぶら カレールウ マイルドデミソース	648	22.7	
26	月	○	おにぎり	つぼづけ さばのしおやき じゃがいものみそしる	なし	ぎゅうにゅう のり さば とうふ あぶらあげ ★こめみそ	つぼづけ にんじん たまねぎ はねぎ	こめ むぎ じゃがいも	611	29.4	
27	火	○	むぎ ごはん	さけぱっぱふりかけ みずたき こんさいのきんぴら ぽんかん	○	ぎゅうにゅう とりにく とうふ てんぷら いりこ	★はくさい にんじん みずな えのきたけ れんこん ごぼう えだまめ しらたき ぽんかん	こめ むぎ さけぱっぱふりかけ マロニー あぶら さとう ごま	626	25.7	
28	水	○	むぎ ごはん	とりすき こまつなのごまあえ ちぐさやき	なし	ぎゅうにゅう とりにく あつあげどうふ ちぐさやき ささみチャンク	しらたき ★はくさい ★ねぶかねぎ たまねぎ もやし にんじん こまつな どうもろこし きりぼしだいこん	こめ むぎ あぶら さとう ごま	629	25.9	
29	木	○	コッペ パン	あまおうジャム かぶとはなやさいのシチュー ツナサラダ	○	ぎゅうにゅう とりにく しろいんげんまめ まぐろチャンク こんぶ	たまねぎ にんじん カリフラワー ★かぶ えだまめ ★キャベツ アスパラガス	パン あまおうジャム じゃがいも あぶら こめこ バター さとう	595	24.8	
30	金	○	むぎ ごはん	かなぎのつくだに がめに ほうれんそうのかおりあえ	なし	ぎゅうにゅう かなぎのつくだに とりにく こうやどうふ もみのり かつおぶし	こんにゃく にんじん れんこん ごぼう しいたけ いんげん ほうれんそう きりぼしだいこん	こめ むぎ じゃがいも あぶら さとう	560	20.2	

★は「ふれあい広場ふくま」「あんずの里市利用組合」「福津いいざい」から納品してもらっています。※都合により献立が変更になることがあります。

## ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん 全国学校給食週間

毎年、1月24日から1月30日は全国学校給食週間です。  
給食は、今から約130年前に、山形県の小学校で始まりました。  
お弁当をもってくことができない子どもたちのために給食が用意されたのがはじまりです。  
全国学校給食週間には昔の給食や郷土料理、福津市でとれた食べ物をだします。  
私たちが毎日食べている給食には、たくさんの人々が関わってるので感謝をして食べましょう。

