

給食たより



今月の目標

感謝して食べよう

献立予定表 (都谷により献立が変わることがあります。)

井川町学校給食調理場

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|---|--|---|---|---|
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| ゆかりごはん 牛乳 ささかまの磯部あげ (2個) 昆布の煮物 七草風汁 | ごはん 牛乳 しそぎょうざ (児童2個、生徒3個) おかかあえ 八宝菜 | ごはん ジョア (ブルーベリー) 鶏肉のオニオン焼き ひじきの煮物 きゃのこ汁 | 鶏肉と根菜のうどん 牛乳 ツナサラダ さつまいもの甘煮 ミニフィッシュ | 冬野菜カレー (麦ごはん) 牛乳 福神漬 温野菜サラダ (パックドレッシング) |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| きりたんぽ 牛乳 はたはたフライ とんぶり入りサラダ 元気ヨーグルト | 比内地鶏入り 親子丼 牛乳 せり蒸し だいこんとなめこのみそ汁 | ごはん 牛乳 男鹿産ぶりの 亀田揚げ しょつつるサラダ 稲庭うどんのすまし汁 | ごはん 牛乳 さけのチャンチャン焼き 磯香あえ 豆腐とわかめのみそ汁 ハスカップゼリー | ごはん 牛乳 いかクリスピー にんにく野菜炒め せんべい汁 りんご |
| 29 | 30 | 31 | ★今月の平均栄養価★ | |
| ごはん 牛乳 ひじきと豆腐のカップ焼き 切り干し大根の煮物 おでん | ごはん 牛乳 卵のカップ蒸し じゃが豚キムチ 山菜のみそ汁 | ごはん 牛乳 松風焼き 浅漬け 八杯豆腐 | <p>前期</p> <p>エネルギー 628 kcal たんぱく質 25.9 g</p> <p>後期</p> <p>エネルギー 809 kcal たんぱく質 32.0 g</p> | |
| | | | <p>今年も よろしく願います。</p> | |

1月24日～30日は全国学校給食週間です!

※本校では22日(月)～26日(金)に実施します。

◎今年、秋田県の郷土料理や特産品の他、北海道、青森県の料理をお送りします!

| 22日 | 23日 | 24日 | 25日 | 26日 |
|--|--|---|---|---|
| <p>きりたんぽ</p> <p>秋田で1番有名な郷土料理!</p> | <p>比内地鶏</p> <p>日本三大美味鶏の一つ!</p> | <p>しょつつる</p> <p>はたはたから作られたお醤油。</p> | <p>さけのチャンチャン焼き</p> <p>手軽にすばやくチャンチャンと作れる♪</p> | <p>せんべい汁</p> <p>南部せんべいが入った汁♪</p> |
| <p>はたはた</p> <p>別名「カミナリウオ」。雷のなる荒波のときに大量にとれるから。</p> | <p>せり蒸し</p> <p>県南の郷土料理!</p> | <p>稲庭うどん</p> <p>喉ごし滑らか。つるつる～。</p> | <p>ハスカップ</p> <p>北海道で採れる紫色の果実!</p> | <p>いか、にんにく、りんご</p> <p>漁獲量、生産量、青森県が日本一!</p> |
| <p>とんぶり</p> <p>畑のキャビア。プチプチ～。</p> | <p>その土地を感じながら、 味わっていただきましょう～♪</p> <p>↓裏面もあります↓</p> | | | |

