

1月 幼稚園・保育園こんだて表

稚内市学校給食センター
令和 6年 12月発行

本年もよろしくお願いいたします。

今年巳(へび)年!



へびは、食べるときに獲物を丸のみしますが、皆さんは、よくかむことを意識して味わって食べましょう。



・24日(金)ピビンバは、ごはんの上に具をのせて食べましょう。

🍴は、スプーンの必要な日です

日	曜日	こんだて		主な材料名
16	木	★牛乳	★わかめうどん ふきの炒め物 いちごヨーグルト	わかめ 鶏肉 油揚げ 人参 ねぎ 椎茸 ふき 筍
17	金	★ごはん ★牛乳	★かぼちゃ団子汁 さばの生姜煮 ★ひじきの煮物	さば ひじき 油揚げ かぼちゃ ごぼう えのき茸 さやいんげん
20	月	★ごはん ★牛乳	★里芋の味噌汁 つくね串(2本) ★切干し大根の生姜炒め	油揚げ 鶏肉 人参 ねぎ 切干し大根 さやいんげん 里芋
21	火	★コッパン ★牛乳	★ビーフシチュー プレーンオムレツ 枝豆としめじのソテー	牛肉 卵 玉ねぎ 人参 枝豆 ぶなしめじ じゃがいも
23	木	★牛乳	★味噌野菜ラーメン 春巻き 筍のきんぴら なめらかプリン	豚肉 わかめ ねぎ 玉ねぎ 人参 もやし 筍 糸こんにゃく ごま
24	金	★ごはん ★牛乳	★中華春雨スープ えびしゅうまい(2個) ★ピビンバ	わかめ えび 豚肉 白菜 コーン ほうれん草 もやし 人参 春雨
27	月	★ごはん ★牛乳	★もやしの味噌汁 さばの塩焼き ★じゃがいものピリ辛炒め	さば 豚肉 もやし 人参 枝豆 ほうれん草 玉ねぎ じゃがいも
28	火	★クロパン ★牛乳	★コンソメスープ チキンピカタ ★ブロッコリーのソテー 型抜きチーズ	ベーコン 鶏肉 玉ねぎ 人参 エリンギ ブロッコリー
30	木	★牛乳	★豚ねぎそうめん きんとんパイ ★こんにゃくのきんぴら	豚肉 鶏肉 玉ねぎ ごぼう 人参 椎茸 糸こんにゃく さつまいも
31	金	★ごはん ★牛乳	★竹輪とひき肉のカレー ★いんげんのガーリックソテー ソファールプレーン	豚肉 焼き竹輪 玉ねぎ コーン さやいんげん ぶなしめじ

全国学校給食週間

《1月平均栄養価 エネルギー550kcal たんぱく質20.4g 脂質19.9g 炭水化物69.2g 食塩2.3g》

★マークは、稚内近郊や北海道で取れた食材を使用している印です。

(じゃがいも・コーン・さやいんげん・玉ねぎ・ねぎ・豚肉・鶏肉・味噌・牛乳 など)

1月24日~30日は、全国学校給食週間です!

学校給食は明治22年、山形県で始まりましたが、戦争が始まったことにより、一度中断され、昭和21年の12月24日に再開しました。この日を「学校給食感謝の日」としましたが、この時期は冬休みに入ってしまうこともあり、1か月後の1月24日からの1週間が全国学校給食週間となっています。稚内や北海道のおいしさを感じるメニューとなっていますので、ぜひ味わって食べてください。

