

令和7年度

Dコース



給食目標

1月献立表



—食事のマナーを考えて食事しよう—

月	火	水	木	金
	食事のマナーを見直そう! <p>よい姿勢で食べましょう</p>	1月16日はひょうご安全の日メニューです 大きな災害発生のために日頃から、家庭で水や食品を備蓄しておきましょう。 1人1日3㍑を目安に、3日分以上	主食 (炭水化物を多く含むもの) 主菜 (たんぱく質を多く含むもの) 副菜・その他 家族の状況に応じて用意する物 	9日 お正月メニュー <ul style="list-style-type: none"> 牛乳 小 紅白なます 大 雑煮 ご飯(小)
12日	13日	14日	15日	16日
	中濃ソース 牛乳 いわしフライ ご飯 豚肉と大根のスープ ポイル野菜 大	牛乳 チーズ かつおふりかけ ご飯 千草焼き けんちん汁 大	牛乳 ヨーグルト 白菜のシーキューサー和え ご飯 わかめごはん(麦) ごま煮 大	ひょうご安全の日メニュー <ul style="list-style-type: none"> 青じそドレッシング 牛乳 乾パン(ごまいり) ツナと大豆のサラダ 麦ご飯 防災カレー
19日	20日	21日	22日	23日
食育の日メニュー	ごまドレッシング 牛乳 いよかん ご飯 大根サラダ 大	牛乳 ココア 福神漬け ご飯 わかさぎのから揚げ 八宝菜 大	牛乳 カシューナッツ しそひじき佃煮 ご飯 人参と枝豆のソテー 高野の含め煮 大	牛乳 タッティギム ご飯 りんご テンジャンチゲ 大
26日	27日	28日	29日	30日
全国学校給食週間メニュー	全国学校給食週間メニュー	全国学校給食週間メニュー	全国学校給食週間メニュー	全国学校給食週間メニュー

1月24日～30日は全国学校給食週間です

26日:淡路

- 淡路玉ねぎコロッケ
玉ねぎ(淡路島産)
- レタススープ
レタス(淡路島産)
- じゃこサラダ
ちりめんじゃこ(淡路島近海)
玉ねぎドレッシングの玉ねぎ(淡路島産)

27日:丹波

- とふめし
丹波地域の郷土料理です
- ぼたん汁
ぼたん鍋は郷土料理です
(給食はぼたん汁です)
- 丹波黒豆ポテト
丹波黒大豆は特産品です。

28日:播磨

- 金ごま和え
金ごま(西脇市産)
- 恵幸川汁
みそ・酒かす(加古川市産)
鶏つくね・鶏肉
大根・白菜(兵庫県産)
- みそ
酒粕

29日:但馬

- じやぶ
じやぶ…但馬地域の郷土料理
岩津ネギ(朝来市産)
- ちくわ
給食用ちくわは、但馬の工場で、保存料、人工甘味料なしで作っています。

30日:摂津

- ハンバーグデミグラスソースかけ
神戸の洋食文化を代表する
デミグラスソース(ハンバーグ)
- 小松菜卵スープ
小松菜(神戸市産)
卵(兵庫県産)

★今月の米は加古川市のブランド米「志方健やか米」を使っています。牛乳は主に県産のもの、麦ご飯の大麦は加古川市産や稻美町産のものです。

出典:月刊「学校給食 いらすとや」