

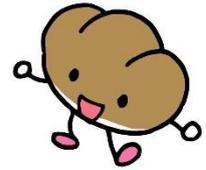
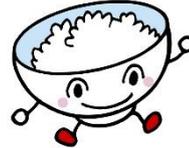
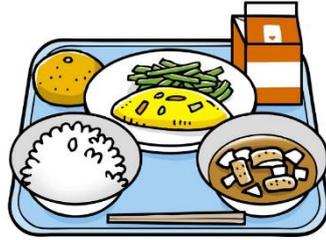
1月 給食だより



令和6年度
高岡市立中田中学校

新年を迎え、気持ちも新たに学年最後の学期がスタートしました。生徒の健やかな成長を願い、給食室一同、安心安全でおいしい給食づくりに努めてまいります。どうぞ、よろしくお願いいたします。

1月24日から30日は全国学校給食週間です!



学校給食は、明治22年に山形県の私立忠愛小学校で貧困児童を救うために行われたのが始まりです。毎日おいしい給食が食べられることに感謝しましょう。



令和6年度
高岡市 学校給食週間のテーマ



2025年大阪・関西万博開催!
～国際博覧会 開催地めぐり～

24日(金) 愛知県 ～2005年:日本国際博覧会(愛・地球博)～
ご飯、えびの天ぷら、青じそあえ、きしめん



27日(月) つくば ～1985年:国際科学技術博覧会(つくば科学万博)～
ご飯、星型ハンバーグ、れんこんのごま味噌和え、ぬっぺ汁



28日(火) イギリス ～1851年:世界で最初の国際博覧会～
食パン、フィッシュ&チップス、茹でブロッコリー、スコッチブロス



29日(水) 沖縄県 ～1975年:沖縄国際海洋博覧会～
ご飯、沖縄ちゃんぽん、マーミナウサチ、もずくスープ
シークワサーゼリー



30日(木) 大阪府 ～2025年:大阪・関西万博



(いのち輝く未来社会のデザイン)～



かやくご飯、揚げたこ焼き、小松菜とキャベツの浸し、かす汁
ぶどうゼリー



1月予定献立表

高岡市立中田中学校

日曜日	行事	主食	献立名	主な使用食品					
				赤 体をつくるものになるもの		緑 体の調子を整えるもの		黄 熱や力のもとになるもの	
				1群	2群	3群	4群	5群	6群
				魚・肉・卵・豆類	乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他野菜・果物	穀類・芋・砂糖	油脂類
9 木	3学期給食開始	食パン	カップエッグ フルーツ和え 担々春雨スープ	卵 豚肉 味噌	牛乳	人参 チンゲンサイ	りんご パイン もも みかん バナナ 生姜 にんにく 椎茸	食パン 春雨	白ごま ごま油
10 金		カレーライス	きびなごのカリカリフライ 3色ひたし	豚肉 きびなご	牛乳	人参	玉ねぎ もやし キャベツ	麦ご飯 じゃがいも	油
14 火		コッペパン	高岡野菜のメンチカツ かぶのサラダ 卵とコーンのスープ	メンチカツ 卵	牛乳	人参	かぶ きゅうり コーン 玉ねぎ	コッペパン 砂糖 でんぶん	油
15 水		ご飯	いかどじやがいもの青のり風味 小松菜と切り干し大根の浸し 味噌汁	いか 絹ごし豆腐 味噌	牛乳 わかめ 青のり	小松菜 人参	キャベツ 切り干し大根 えのき	ご飯 じゃがいも	油
16 木	地場産品献立 (里芋、人参)	ご飯	さわらのマヨネーズ焼き もやしときゅうりの生姜和え 高岡野菜のあったか汁 カスタードプリン	さわら	牛乳	人参	もやし きゅうり 生姜 白菜	ご飯 里芋 こんにゃく	マヨネーズ
17 金	高岡食19并献立	白菜たっぷり 豚キムチ丼	ほうれん草のコーン和え さつま汁	豚肉 油揚げ 味噌	牛乳	人参 ニラ	にんにく 生姜 玉ねぎ 椎茸 白菜 もやし コーン 大根	ご飯 さつまいも 砂糖 でんぶん	ごま油
20 月		ご飯	揚げ出し豆腐のごまだれかけ 即席漬け 味噌汁 ひじきふりかけ	揚げ出し豆腐 味噌	牛乳 ひじき	人参	白菜 きゅうり 玉ねぎ 大根	ご飯 じゃがいも 砂糖 でんぶん	油 白ごま
21 火		食パン	オムレツ 野菜ソテー ミネストローネ	オムレツ 鶏肉 大豆	牛乳	小松菜 赤ピーマン トマト 人参	キャベツ 玉ねぎ	食パン じゃがいも 砂糖	オリーブオイル 油
22 水	郷土食献立 (お酢合い)	ご飯	さばの豆板醤焼き お酢合い 団子汁	さば 油揚げ	牛乳 ひじき	人参	大根 生姜 にんにく ごぼう	ご飯 こんにゃく 砂糖 白玉団子	ごま油
23 木		米粉パン	若鶏肉のレモン焼き ブロッコリーサラダ かぶのクリームシチュー	鶏肉 ベーコン	牛乳 脱脂粉乳	ブロッコリー 人参	レモン キャベツ コーン 玉ねぎ 白菜 かぶ	米粉パン じゃがいも 砂糖 小麦粉	油 マーガリン
24 金	給食週間1日目 (2005年愛知万博)	ご飯	えびの天ぷら 青じそあえ きしめん	えび 油揚げ かまぼこ	牛乳	人参	キャベツ きゅうり 玉ねぎ 干し椎茸	ご飯 きしめん	油
27 月	給食週間2日目 (1985年つくば科学 万博)	ご飯	星型ハンバーグ れんこんのごまみそ和え ぬっぺ汁	ハンバーグ 絹ごし豆腐	牛乳	小松菜 人参	れんこん しめじ ごぼう 大根	ご飯 里芋 砂糖 こんにゃく でんぶん	黒ごま
28 火	給食週間3日目 (1851年イギリス万 博)	食パン	フィッシュ&チップス 茹でブロッコリー スコッチブロス	しいら ベーコン 白いんげん豆	牛乳	人参 ブロッコリー	玉ねぎ かぶ セロリ	食パン じゃがいも 押し麦 小麦粉	油
29 水	給食週間4日目 (1975年沖縄万博)	沖縄ちゃんぽん	マーミナウサチ もずくスープ シークワサーゼリー	豚肉 油揚げ 絹ごし豆腐 鶏肉 卵	牛乳	人参	玉ねぎ キャベツ もやし きゅうり えのき	ご飯 砂糖 ゼリー	油 白ごま
30 木	給食週間5日目 (2025年大阪万博)	かやくご飯	揚げたご焼き 小松菜とキャベツの浸し かす汁 ぶどうゼリー	鶏肉 味噌 油揚げ 鮭	牛乳	人参 小松菜	ごぼう 干し椎茸 キャベツ 大根	ご飯 たご焼き 砂糖 じゃがいも ゼリー	油
31 金		ご飯	ふくらぎの甘味噌かけ 煮豆 白菜汁	ふくらぎ 鶏肉 味噌 金時豆	牛乳	人参	生姜 白菜 大根	ご飯 砂糖 しらたき	

※ 牛乳(200ml)が毎日1本つきます。

※ 都合により、献立や使用食材を変更する場合がありますので、ご了承ください。