

| | | | |
|---------|-----|--------|------|
| ◇学校別内訳◇ | | | |
| 上田小 | 958 | 豊見城中 | 994 |
| 長嶺小 | 568 | 長嶺中 | 583 |
| 座安小 | 523 | 伊良波中 | 579 |
| 豊見城小 | 704 | 豊崎中 | 384 |
| 伊良波小 | 531 | 給食センター | 59 |
| とよみ小 | 711 | とよみ教室 | 6 |
| 豊崎小 | 771 | | |
| ゆたか小 | 761 | ★合計 | 8132 |

令和7年 豊見城市立学校給食センター(☎850-4585)



1月の予定献立表

| | | | | |
|----------|-----|---------|------------|------------|
| 学校 | 学校 | E | P | F |
| 給食の栄養基準量 | 小学校 | 650kcal | 21.1~32.5g | 14.4~21.7g |
| | 中学校 | 830kcal | 27.0~41.5g | 18.4~27.7g |

※食物アレルギーのある児童生徒は、給食を食べる前に別紙の「食品詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。家庭・学校においても毎日確認して下さい。
 ※魚、肉類(鶏・牛・豚)には、骨がある可能性がありますので、よくかんで気をつけて食べましょう。

謹賀新年

今年も、魅力ある給食づくりに努めていきたいと思ひます。
 本年もよろしくお祈りします。



新年を迎え、気持ちも新たに2学期後半が始まりました。冬休み中に生活リズムが乱れてしまった人はいませんか？

寒くて起きるのがつらい時期ですが、早寝・早起きをし、朝ごはんを食べて元気に登校しましょう。



1月24日~30日は、全国学校給食週間です!

全国学校給食週間をとおして、学校給食の意義や役割などを多くの人に知ってもらい、学校給食についてあらためて考える機会にしてほしいと思ひます。

学校給食の献立の移り変わり

| 明治25年 | 昭和22年 | 昭和25年 | 昭和40年 | 昭和52年 |
|------------------|----------------------|---|---|------------------------------|
| | | | | |
| おにぎり・塩さけ 菜の漬物 | ミルク(脱脂粉乳) トマトシチュー | コッペパン・ミルク(脱脂粉乳) ポタージュスープ・コロケ せんきゃべツ・マーガリン | ソフトめんのカレーあん かけ・牛乳・甘酢あえ 果物(黄桃)・チーズ | カレーライス・牛乳・塩もみ 果物(バナナ)・スープ |

全国学校給食週間の取り組みとして、豊見城市立学校給食センターでは市内の中学生が、家庭科の課題で作成した献立を学校給食に取り入れ紹介します。

- 単元名 バランスの良い献立作り
 学習の目標 ・バランスの良い献立作成に必要な手順や要素について理解できる。
 ・中学生に必要な食品の種類と概量を踏まえ、工夫して1日分の献立を作成できる。

下記の生徒のみなさんの献立を取り入れさせていただきました。ありがとうございました。
 ※給食センターで対応できるように食材等を変更させていただいています。

- 24日(金) 伊良波中1年生 丸尾 恒人さん 28日(火) 長嶺中3年生
 27日(月) 豊見城中2年生 山城 由佳さん 30日(木) 伊良波中1年生 具志 友香子さん

給食費は納め忘れのない口座振替をおすすめします。

| | | | | |
|---|--|---|---|--|
| リクエスト給食 12月に引き続き、今月もリクエストの多かった料理を取り入れています。このマークがついている料理がリクエストが多かった料理です。 | 7(火) 2025年スタート 牛乳 花野菜サラダ ごはん こくとう入りポークカレー | 8(水) ひじきについて 牛乳 さつまポテト ひじきいため ごはん すまし汁 | 9(木) 豆の栄養 牛乳 ピンズサラダ キャラメルあげパン(上田小・とよみ小・長嶺小・ゆたか小) コッペパン(それ以外の学校) 白菜ポタージュ | 10(金) なっとうについて 牛乳 フータシャー スティックなっとう ごはん ゆし豆腐 |
| 13(月) 感謝 成人の日 感謝 成人の日 | 14(火) キムチについて 牛乳 ちぐさやき ごはん キムチチーズ肉じゃが | 15(水) 大根について 牛乳 もものタルト(中3のみ) 豆乳コロケ カレーうどん だいこんサラダ | 16(木) 福島県の料理 牛乳 白菜のあんかけ丼 白菜のあんかけ丼 りんご(1/6) かけて食べるごはん こづゆ | 17(金) 琉球料理の日 牛乳 こくとう タマナーチャンプルー ごはん イナムドゥチ |
| 20(月) ジューシー 牛乳 魚のシークワーサーソースかけ クファージュシー(上田小・とよみ小・長嶺小・ゆたか小)たきこみごはん(上記の学校以外) | 21(火) カルシウムについて 牛乳 カルフィッシュ ホイコーロー ごはん ちゅうかコーンスープ | 22(水) りんご 牛乳 トマトオムレツ 手づくりりんごジャム コッペパン ポトフ | 23(木) 豊見城市産野菜 牛乳 大学いも(2個) ミニトマト 豊見城市産野菜ちゅうか丼 ごはん ちゅうか丼(具) | 24(金) 全国学校給食週間 牛乳 元気ヨーグルト 枝豆と豆腐のメンチカツ 雑穀ごはん 野菜たっぷりみそ汁 |
| 27(月) タンカンについて 牛乳 タンカン ごまあえ ごはん よせなべ風 | 28(火) よくかんで食べよう 牛乳 わかめときゅうりの酢のもの ごはん いわしフライ 豚汁 | 29(水) 旧正月 牛乳 クービリチー ごはん なかみ汁 | 30(木) トマトの栄養 牛乳 ミニトマト(2個) てりやきチキンハンバーグ ごはん ポークと油あげのみそ汁 | 31(金) ぶた肉について 牛乳 タコライス スライスチーズ タコスミート かけて食べるごはん キャベツスープ |

★子どもたちの健全な成長のため、学校給食では様々な食材を活用しています。よくかんで食べるよう心がけましょう★
 ☆材料、天候、その他の都合により献立を変更する場合があります☆

令和7年1月 食品詳細献立表

豊見城市学校給食センター
電話(098) 850-4585

| |
|--|
| 表示義務(特定原材料)7品目 卵、乳、小麦、落花生(ピーナッツ)、えび、そば、かに その他 大豆、さけ、さば、いか、いくら、オレンジ、キウイ、バナナ、もも、りんご、山芋、くるみ、カシューナッツ、ごま、パイン、マンゴー、メロン、アーモンド、まぐろ、牛肉 |
|--|

※材料・天候・その他により献立を変更する場合があります。詳細な情報を知りたい方は、給食センターまでご連絡ください。
 ※食材や調味料等について、()内にアレルギー食材の記載しています。
 ※使用頻度の高いしょうゆ(小麦・大豆)、料理酒(小麦)、酢(小麦)、アレルギーを含まない調味料についてはアレルギー表示を含め記載を省略しています。
 ※アース・もずくの養殖場には、ヨコエビ類(食物アレルギー表示外)が生息しています。
 ※カワハギ、海藻類、小魚類はえび、かにかが混ざる漁法・生息域で捕獲されています。
 ※給食で使用しているかまぼこ等の練り製品は卵抜きを使用しています。卵入りを使用する際は、下記の表に記載します。
 ※大量調理を行うため、微量のアレルギーの混入(コンタミネーション)を完全に避けることはできません。
 ※給食で使用しているでん粉の原料はじゃがいもを記載しています。その他の食材由来のでん粉を使用する際には、下記の表に記載します。

| 日 | 曜日 | こ ん だ て | (あか) おもに体をつくるもとになる食品 | (きいろ) おもにエネルギーのもとになる食品 | (みどり) おもに体の調子を整えるもとになる食品 | 調味料 |
|----|----|---|--|--|--|---|
| 7 | 火 | ごはん 黒糖入りポークカレー 花野菜サラダ | 豚肉,鶏レバー | じゃがいも,米粉,大豆油,乳なしマーガリン(大豆),黒糖 | にんじん,たまねぎ,かぼちゃ,えだ豆,にんにく ブロッコリー,カワナワ,キャベツ,コーン | チャツネ(りんご) タカト レッソグ(小麦・大豆・ゼラチン) |
| 8 | 水 | ごはん すまし汁 ひじき炒め さつまポテト | 鶏肉,豆腐 ひじき,豚肉,油揚げ,大豆,かまぼこ | こめ 大豆油 さつまいも,水あめ,油 | にんじん,大根,えのき,小松菜 にんじん,キャベツ,にら,こんにゃく | ポークブイオン(豚、鶏) |
| 9 | 木 | キャラメル揚げパン(上田小,ゆたか小,長嶺小,とよみ小) コッペパン(その他の学校) 白菜ポタージュ ビーンズサラダ | 脱脂粉乳,きなこ 脱脂粉乳 鶏肉,白花生 白いんげん豆,豆乳 | 小麦粉,ショートニング、黒糖、キャラメル(大豆)、大豆油 小麦粉,ショートニング じゃがいも,米粉,大豆油,乳なしマーガリン(大豆) | | 大豆由来成分 大豆由来成分 チキンブイオン(鶏) リンゴ酢(りんご) |
| 10 | 金 | ごはん ゆし豆腐 フータシヤー スティック納豆 | ゆし豆腐,アーサ 卵,ツナ,ポーク(豚、鶏) 納豆(大豆) | こめ ふ(小麦),大豆油 | 葉ねぎ にんじん,キャベツ,にら 梅肉 | ポークブイオン(豚、鶏) |
| 14 | 火 | ごはん キムチチーズ肉じゃが 千草焼き | 豚肉,油揚げ,チーズ(乳) たまご,鶏肉,チーズ(乳) | こめ 大豆油,じゃがいも 大豆油,でんぷん | にんじん,たまねぎ,えだ豆,こんにゃく,白菜キムチ(小麦・りんご・大豆・さば),にんにく たまねぎ,にんじん,ほうれん草,しいたけ | |
| 15 | 水 | カレーうどん 大根サラダ 豆乳コロッケ もものタルト(中3のみ) | 豚肉,豚レバー,油揚げ わかめ,ツナ 豆乳,ゼラチン 豆乳,大豆粉 | うどん(小麦),大豆油 パン粉(小麦),小麦粉,ショートニング,でん粉,大豆油 米粉,ショートニング,水あめ, | にんじん,たまねぎ,白菜,小松菜,長ねぎ 大根,きゅうり,にんじん,レモン果汁 たまねぎ,コーン, もも | ポークブイオン(豚、鶏) |
| 16 | 木 | ごはん こづゆ 白菜のそぼろあんかけ丼 りんご1/6 | 鶏肉,あさり,かまぼこ 鶏肉,高野豆腐,厚揚げ(大豆) | こめ さといも,麩(小麦) 大豆油,でんぷん | きくらげ,大根,にんじん,長ねぎ,こんにゃく,干しいたけ 白菜,にんじん,小松菜,たまねぎ,しょうが りんご | チキンブイオン(鶏) チキンブイオン(鶏) |
| 17 | 金 | ごはん イナムドゥチ タマナーチャンプルー 黒糖 | 豚肉,かまぼこ,みそ 豚肉,かまぼこ,豆腐,かつおぶし | こめ 大豆油 黒糖 | 干しいたけ,こんにゃく にんじん,キャベツ,もやし,小松菜,にんにく | ポークブイオン(豚、鶏) |
| 20 | 月 | クファジュシー(上田小,ゆたか小,長嶺小,とよみ小) 炊き込みごはん(その他の学校) けんちん汁 魚のシークワサーソースかけ | 豚肉,かまぼこ,こんぶ,油揚げ 鶏肉 豚肉,豆腐 シルバー | こめ,大豆油,ラード(豚) こめ,大豆,植物油 でん粉,米粉,大豆油 | にんじん,干しいたけ,ねぎ ごぼう,にんじん,しいたけ 大根,にんじん,ごぼう,長ねぎ シークワサー果汁 | ポークブイオン(豚、鶏) ポークブイオン(豚、鶏) |
| 21 | 火 | ごはん 中華コーンスープ ホイコーロー カルフッシュ | 鶏肉 豚肉,厚揚げ(大豆),みそ 片口いわし | こめ でん粉 大豆油,ごま油,でん粉 | にんじん,大根,長ねぎ,コーン,にんにく にんにく,しょうが,キャベツ,ピーマン,にんじん,たけのこ | チキンブイオン(鶏) トウモロコシ(大豆)、テンメシヤン(小麦・大豆) |
| 22 | 水 | コッペパン ポトフ 手作りりんごジャム トマトムレツ | 脱脂粉乳 ベーコン(豚),ミニウインナー(鶏・豚) 卵,鶏肉 | 小麦粉,ショートニング じゃがいも コーンスターチ 大豆油 | にんにく,にんじん,キャベツ,たまねぎ,しめじ りんご,りんごジュース,レモン果汁 たまねぎ,トマト | 大豆由来成分 チキンブイオン(鶏) |
| 23 | 木 | ごはん 豊見城産葉野菜の中華丼 大学いも(1人2個) 豊見城産ミニトマト | 豚肉,なると,うずらの卵 | こめ 大豆油,でん粉 さつまいも,大豆油,水あめ,黒ごま,でん粉 | ニンク,にんじん,たまねぎ,白菜,チゲソウイ,たけのこ,クラゲ,干しいたけ,しょうが | ポークブイオン(豚、鶏),オイスターソース(加工肉・お肉エキス) |
| 24 | 金 | 雑穀ごはん 野菜たっぷりみそ汁 枝豆と豆腐のミンチカツ 元気ヨーグルト | 豚肉,みそ 鶏肉,豆腐 脱脂粉乳,ゼラチン,寒天 | こめ,押麦,もちきび,丸麦,黒米,赤米 じゃがいも パン粉(小麦),大豆油,でん粉 | 大根,しめじ,にんじん,ごぼう,小松菜 たまねぎ,えだ豆 | |
| 27 | 月 | ごはん 寄せ鍋風 ごまあえ たんかん1/4 | 鶏肉,はんぺん(やまいも・大豆),豆腐,がんも(大豆) | こめ ごま | にんじん,たまねぎ,えのき,白菜,こんにゃく,長ねぎ,しょうが 小松菜,もやし,キャベツ,にんじん たんかん | チキンブイオン(鶏) |
| 28 | 火 | ごはん 豚汁 国産いわしフライ わかめときゅうりの酢の物 | 豚肉,豆腐,みそ いわし わかめ,ツナ,チリメン | こめ じゃがいも,さといも パン粉(小麦),小麦粉,大豆油 | にんじん,長ねぎ,干しいたけ,大根 きゅうり,白菜,レモン果汁 | |
| 29 | 水 | ごはん なかみ汁 クワイリチー | 豚肉,豚中身 豚肉,昆布,かまぼこ | こめ 大豆油 | 干しいたけ,こんにゃく,しょうが 千切大根,にんじん,こんにゃく | ポークブイオン(豚、鶏) ポークブイオン(豚、鶏) |
| 30 | 木 | ごはん ポークと油あげのみそ汁 照焼チキンハンバーグ 豊見城産ミニトマト | 豚肉,ポーク(鶏・豚),油揚げ,みそ 鶏肉 | こめ,麦 パン粉(小麦),水あめ,コーンスターチ,大豆油,大豆 | 白菜,たまねぎ,にんじん,干しいたけ,パクチョイ たまねぎ,りんご,しょうが,にんにく ミニトマト | |
| 31 | 金 | ごはん キャベツスープ タコスミート スライスチーズ | 鶏肉 豚肉,高野豆腐,大豆 スライスチーズ(乳) | こめ じゃがいも,ABCマカニ(小麦) 大豆油 | キャベツ,にんじん,たまねぎ,しめじ にんじん,たまねぎ,ピーマン,トマト,にんにく | チキンブイオン(鶏) ポークブイオン(鶏,豚),クッキングソース(豚) |