

# 1月きゅうしょくこんだて

小  
給食回数

A  
地区



# きゅうしょくしゅうかんちゅう で じばさんぶつ 給食週間中に出る地場産物

きゅうしょくしうかんちゅう こんだて ふくおかんみ みなみちくご じばさんぶつ とい  
給食週間中の献立には福岡県や南筑後でとれる地場産物を取り入れています。

たかな  
高菜



みいけたかな のざわな ひろしまな ともに  
三池高菜は、野沢菜・広島県と共に  
ほんさんだいつけな たかな  
日本三大漬菜の1つです。「高菜ボテ  
サラ」は、学校給食レシピコンテスト  
ゆうじゅうしよう はやまだいしようがこう  
トの優秀賞で、羽山台小学校の  
ねんせい さくひん  
6年生の作品です。

## セロリー

おおむなし  
大牟田市のおとなりのみやま市は、  
にほんさんだいせいさんち  
セロリーの日本三大生産地の1つで、  
しゃきしゃきした食感と独特な  
ふうみとくちょうこんかい  
風味が特徴です。今回は、  
つか  
グリーンサラダに使っています。



A cluster of brown mushrooms with white stems.



きのこ

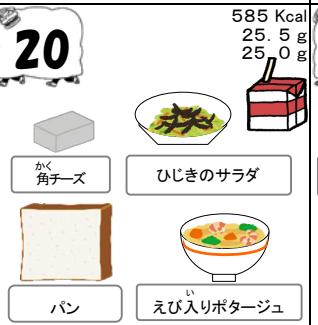
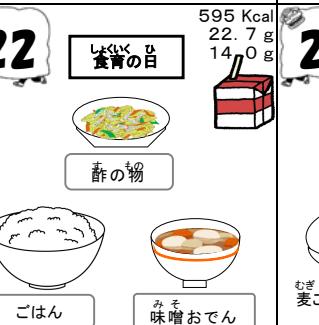


おおきまち ぜんこくてき ゆうめい  
大木町は、全國的に有名な  
せいさんち とく  
きのこの生産地です。特に、  
せいさんりょう ぜんこくだい い  
しめじの生産量は全国第2位です

ありあけ  
有明のい

ありあけかい  
有明海でとれるのりは、香りがよ  
く柔らかい、つやのある深い色が  
特徴です。おにぎりや寿司に向く  
高級なのりとして人気があります。

この他の福岡県や南筑後でとれる地場産物は、下記の献立表をごらんください。

げつようび 月曜日	かようび 火曜日	すいようび 水曜日	きいろのなかま：こめ さといも ごま あかのなかま：ぶり とりにくぎゅうにゅう みどりのなかま：にんじん だいこん ごぼう	こめ ごまでんぶん はつがげんまい たまご とりにく わかめ こんぶ ほうれんそう だいこん こまつな ねぎ
 <p><b>せいじんひ 成人の日</b></p> <p>12</p>	<p>かようび 火曜日</p> <p>13</p> <p>639 Kcal 27.0 g 22.3 g</p> <p>ヨーグルト れんこんのアーモンドサラダ</p> <p>パン チリコンカン</p> 	<p>すいようび 水曜日</p> <p>14</p> <p>597 Kcal 23.1 g 13.2 g</p> <p>にがめ煮</p> <p>ごはん はくさい白菜のみそ汁</p> 	<p>きいろのなかま：こめ さといも ごま あかのなかま：ぶり とりにくぎゅうにゅう みどりのなかま：にんじん だいこん ごぼう</p> <p>15</p> <p>650 Kcal 22.6 g 15.2 g</p> <p>セレクト給食</p> <p>やさいいたもの野菜の炒め物 やさい野菜かき揚げ または いちもより小さくなめ ちくわ いそべあ竹輪の磯辯揚げ</p> <p>小ごはん わかめうどん</p> 	<p>664 Kcal 22.9 g 17.2 g</p> <p>フルーツ合わせ かけてたべる</p> <p>むぎ麦ごはん キーマカレー</p> 
<p>パン アーモンド オリーブゆ あぶらさとう ぎゅうにく ヨーグルト ぎゅうにゅう トマト にんじん れんこん ブロッコリー コーン</p>	<p>こめ さといも あぶらさとう とりにくみそ あぶらあげ わかめ ぎゅうにゅう れんこん ごぼう いんげん はくさい しいたけ</p>	<p>こめ めんこむぎこ あぶら わかめ かまぼこ ちくわ あおのり ぎゅうにゅう たまねぎ ねぎ キャベツ にんじん コーン</p>	<p>こめ むぎこむぎこ あぶら さとう ぎゅうにく ぶたにく だいす ぎゅうにゅう トマトピーマン エリンギ もも みかん パイン</p>	
<p>19</p> <p>646 Kcal 25.3 g 20.2 g</p> <p>ブロッコリー チーズタッカルビ</p> <p>ごはん わかめスープ</p> 	<p>20</p> <p>585 Kcal 25.5 g 25.0 g</p> <p>かく角チーズ ひじきのサラダ</p> <p>パン えび入りポタージュ</p> 	<p>21</p> <p>687 Kcal 24.7 g 21.8 g</p> <p>のりかつお こうやどうふ 高野豆腐のマヨがらめ</p> <p>ごはん ごもじる五目汁</p> 	<p>22</p> <p>595 Kcal 22.7 g 14.0 g</p> <p>しゃいくひ 食育の日</p> <p>酢の物</p> <p>ごはん みそ味噌おでん</p> 	<p>23</p> <p>673 Kcal 20.2 g 22.0 g</p> <p>しゃいくひ 食育の日</p> <p>グリーンサラダ かけてたべる</p> <p>むぎ麦ごはん ハヤシライス</p> 
<p>こめ さつまいも ごま あぶら さとう とりにく チーズ わかめ ぎゅうにゅう たまねぎ キャベツ ブロッコリー</p>	<p>パン じゃがいも ごまあぶら さとう えび ベーコン チーズ ひじき ツナ ぎゅうにゅう にんじん たまねぎ コーン キャベツ バセリ</p>	<p>こめ じゃがいも でんぶん ノンエッグマヨ あぶら こうやどうふ ぶたにくたまご のり ぎゅうにゅう にんじん たけのこ チンゲンサイ えだまめ</p>	<p>こめ さといも ごま さとう とりにくちくわ みそ わかめ しらす ぎゅうにゅう だいこん こんにゃく にんじん キャベツ</p>	<p>こめ むぎこむぎこ バター あぶら さとう ぎゅうにく なまクリーム ぎゅうにゅう たまねぎ キャベツ きゅうり セロリ しめじ</p>

## ★給食週間 テーマ：「地場産物を食べよう！」

にじゅうせん かこ ぶぶん ひ つか じ ば さんぶつ か  
※二重線で囲んでいる部分に、その日に使われている地場産物を書いています。

★給食選択一覧(地物産物を長めより)【主菜名で囲んである部分は、その日に使われている地・場産物を書いています】				
こめ おむぎ ぎゅうにゅう 米・押し麦・牛乳 ほうれん草・小ねぎ	こむぎ ぎゅうにゅう たかなづ パン(小麦)・牛乳・高菜漬け・ 米粉・ブロッコリー・鶏肉・いちご	こめ ぎゅうにゅう けんさんやさい 米・牛乳・県産野菜の卵焼き こまつな 小松菜・しめじ・大ねぎ	こめ ざっこく ぎゅうにゅう おお 米・雑穀・牛乳・大ねぎ えのき・小松菜・のり	こめ ぎゅうにゅう こまつな 米・牛乳・小松菜・のり しめじ・えのき・小ねぎ
<b>26</b> きゅうじばじ 給食始まりの献立 573 Kcal 27.3 g 16.1 g	<b>27</b> じょいく 食育タイム いちご たかな 高菜ポテサラ けんさんえさ 県産麦のパン 591 Kcal 26.5 g 15.4 g	<b>28</b> じょいく 食育タイム こまつな わふういた 小松菜の和風炒め けんさんやさい たまご 県産野菜の卵焼き ごはん ぶたじる 豚汁 ざっこく 雑穀ごはん たまじる かき玉汁 591 Kcal 26.5 g 15.4 g	<b>29</b> じょいく 食育タイム やきのり すき焼き ごはん ぶたじる 豚汁 ざっこく 雑穀ごはん たまじる かき玉汁 591 Kcal 26.5 g 15.4 g	<b>30</b> じょいく 食育タイム すあ のり酢和え さばのぬかみそ炊き ごはん じる きのこ汁 617 Kcal 26.1 g 16.5 g
しきいじ 食育タイム ほうれん草のお浸し 鮭の塩焼き むぎ 麦めし だいこん 大根のみぞ汁	いちご たかな 高菜ポテサラ けんさんえさ 県産麦のパン 573 Kcal 27.3 g 16.1 g	こまつな わふういた 小松菜の和風炒め けんさんやさい たまご 県産野菜の卵焼き ごはん ぶたじる 豚汁 573 Kcal 27.3 g 16.1 g	やきのり すき焼き ごはん ぶたじる 豚汁 ざっこく 雑穀ごはん たまじる かき玉汁 573 Kcal 27.3 g 16.1 g	すあ のり酢和え さばのぬかみそ炊き ごはん じる きのこ汁 617 Kcal 26.1 g 16.5 g

◎学校行事や物資の都合により、献立が変わることがあります。