

令和7年1月の給食献立表



古川国府給食センター

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
<p>新年あけましておめでとうございます。今年度も、残すところあと3か月となりました。引き続き、毎日の給食時間が待ち遠しくなるような、魅力ある給食作りに努めていきたいと思ひます。本年もよろしくお願い致します。</p> <p>今年巳(へび)年!</p> <p>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。</p> <p>1月の献立から、中学校3年生、特別支援学校高等部3年生よりリクエストされた給食を入れています。◆のついたメニューがリクエスト献立です。2月にもたくさん登場するので楽しみに!</p>				

- 今月の旬の食材
- ・ほうれん草
 - ・大根
 - ・里芋
 - ・小松菜
 - ・ねぎ
 - ・白菜
 - ・キャベツ
 - ・ブロッコリー
 - ・いちご
 - ・みかん
 - ・たら
 - ・ぶり

<p>13</p> <p>成人の日</p> <p>わぎごはん</p> <p>赤だしみそ汁</p> <p>小熱量Kcal/塩分g 669/1.9 中熱量Kcal/塩分g 816/2.3</p>	<p>14</p> <p>五目きんぴら</p> <p>鶏肉の香り焼き</p> <p>わぎごはん</p> <p>赤だしみそ汁</p> <p>小熱量Kcal/塩分g 669/1.9 中熱量Kcal/塩分g 816/2.3</p>	<p>15</p> <p>五色サラダ</p> <p>チョコタフィ</p> <p>クリームソース</p> <p>わぎごはん</p> <p>白玉雑煮</p> <p>小熱量Kcal/塩分g 704/1.3 中熱量Kcal/塩分g 930/1.6</p>	<p>16</p> <p>キャベツのおかかあえ</p> <p>豆腐のみそかけ</p> <p>チーズ(中)</p> <p>わぎごはん</p> <p>白玉雑煮</p> <p>小熱量Kcal/塩分g 692/1.8 中熱量Kcal/塩分g 932/2.7</p>	<p>17</p> <p>フレンチサラダ</p> <p>かぼちゃのココット焼き</p> <p>ファイバーシヤイロベリー</p> <p>食パン</p> <p>冬野菜スープ</p> <p>小熱量Kcal/塩分g 656/2.9 中熱量Kcal/塩分g 823/3.7</p>
<p>20</p> <p>海草サラダ</p> <p>鶏肉のレモン揚げ</p> <p>ミルクコーヒー</p> <p>わぎごはん</p> <p>白菜のみそ汁</p> <p>☆古小6年リクエスト給食☆</p> <p>小熱量Kcal/塩分g 693/2.2 中熱量Kcal/塩分g 835/2.5</p>	<p>21</p> <p>フルーツゼリーあえ</p> <p>青のりポテト</p> <p>みかん</p> <p>きんとんパイ</p> <p>冬野菜のカレーライス</p> <p>わぎごはん</p> <p>みそラーメン</p> <p>小熱量Kcal/塩分g 738/2.0 中熱量Kcal/塩分g 919/2.4</p>	<p>22</p> <p>切り干し大根のサラダ</p> <p>きんとんパイ</p> <p>みかん</p> <p>みそラーメン</p> <p>わぎごはん</p> <p>みそラーメン</p> <p>小熱量Kcal/塩分g 757/3.6 中熱量Kcal/塩分g 810/4.1</p>	<p>23</p> <p>納豆あえ</p> <p>豆腐ハンバーグ</p> <p>わぎごはん</p> <p>豚汁</p> <p>小熱量Kcal/塩分g 642/2.3 中熱量Kcal/塩分g 812/2.8</p>	<p>24 全国学校給食週間～30日まで</p> <p>ひじきのごまドレッシング</p> <p>わかさぎフリッター</p> <p>わぎごはん</p> <p>かんとう煮</p> <p>小熱量Kcal/塩分g 684/1.8 中熱量Kcal/塩分g 877/2.4</p>
<p>27</p> <p>中華サラダ</p> <p>ダージーパイ</p> <p>わぎごはん</p> <p>ビーフスープ</p> <p>☆外国の料理 台湾☆</p> <p>小熱量Kcal/塩分g 617/1.4 中熱量Kcal/塩分g 761/1.6</p>	<p>28</p> <p>ぜんまいといもの煮物</p> <p>ぶりの照り焼き</p> <p>わぎごはん</p> <p>すまし汁</p> <p>☆飛騨の食文化を考える献立☆</p> <p>小熱量Kcal/塩分g 653/1.6 中熱量Kcal/塩分g 822/1.9</p>	<p>29</p> <p>こも豆腐サラダ</p> <p>天ぶらまんじゅう</p> <p>りんご</p> <p>山菜うどん</p> <p>☆飛騨の食材を使用した献立☆</p> <p>小熱量Kcal/塩分g 658/2.1 中熱量Kcal/塩分g 781/2.4</p>	<p>30</p> <p>煮豆</p> <p>赤かぶ酢漬</p> <p>さけの塩焼き</p> <p>わぎごはん</p> <p>さつま汁</p> <p>☆昔の給食☆</p> <p>小熱量Kcal/塩分g 629/2.1 中熱量Kcal/塩分g 827/2.6</p>	<p>31</p> <p>ほうれん草のごまドレッシング</p> <p>すくなかぼちゃのあめがらめ</p> <p>ヨーグルト</p> <p>米粉パン</p> <p>ビーフシチュー</p> <p>☆飛騨の食材を使用した献立☆</p> <p>小熱量Kcal/塩分g 695/2.8 中熱量Kcal/塩分g 868/3.6</p>

季節の食べ物クイズ

こうやどう

高野豆腐

高野豆腐を戦のときの食料としたと ① 伊達 政宗 いわれる、現在の山梨県を中心に ② 武田 信玄 土を広げた戦国武将はだれでしょ③ 織田 信長 う?

A こたえは②

武田信玄が、保存ができて携帯できる軍隊の食料として使ったといわれます。高野豆腐は、豆腐を凍らせた後、干して乾燥させて作る保存食です。乾燥させることで水分が抜けて細かい穴ができ、スポンジ状になる特徴があります。水で戻してから使います。

『学校給食地産地消推進事業』により、県・市・JA中央会の助成を受けています。安全でおいしい岐阜県のお米や野菜、肉をたくさん使った給食を食べてもらうことで、岐阜県のお米や野菜、肉のここと、農業、畜産業のことを学んでもらいたいと考えています。

※給食のお米は飛騨産のコシヒカリを使用しています。

お願い

古川国府給食センターでは、少しでも多くの地元産食材を使いたいと思っています。そのため、材料の入荷等でご献立を変更することがあります。ご了承ください。

給食に関する問い合わせは

TEL 72-6015

FAX 72-5220

MAIL f.k.kyuushoku@hidatakayama.ne.jp

※お返事をさせていただく関係上、学校名、お名前をできるだけご記入ください。

古川国府給食センター「ホームページ」

http://www.f-k-kyuushoku.com/