



《家庭配布用》

(小学校)

TEL:349-0588

日	曜	きゅうしょく おしのがっこう う・がくねん	おしらせ	こんだてめい		しょうするおもなしょくざい			えいようか			
				しゅしょく	おかず	赤色の食品 (血や肉になる)	緑色の食品 (体の調子を整える)	黄色の食品 (熱や力になる)	エネルギー kcal	たんぱく質 g		
8	水		始業式	今年もどうぞよろしくお願ひいたします								
9	木	菅小5年生		ココアパン	ミートボール(2こ) パンネのクリームソーテ おおむぎとやさいのスー	とりにく ウィンナー ベーコン	たまねぎ えのきたけ しめじ だいこん にんじん キャバツ	パン ココア さとう パンネ オリーブオイル なまクリーム おおむぎ パンこ	604	22.1		
10	金		食育の日 こんだて	利府町産米の ごはん	さわらのさいきょうやき れんこんのピリからいため しらたまどうに	さわら みそ ぶたにく とりにく ごりどうふ なんと	ごぼう れんこん にんじん こんにやく さやいんげん だいこん はくさい しいたけ せり	★ごはん さとう ごまあがら しらたまだんご	608	27.7		
13	月		成人の日	🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸								
14	火		西中3年生 リクエスト	クロワッサン	トマトシチュー ほしがたハッシュドポテト(3こ) 利府なししいフルーツポンチ	ぶたにく ベーコン どうにゆう	たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト りんご もも ぶどう ★利府なし パイン みかん レモン	パン じゃがいも さとう こめあがら ブラウンルウ だいいずあがら ぜりー	607	16.9		
15	水	西中		利府町産米の ごはん	ぶたキムチいため 利府わかめのもちレギサラダ はるさめごもくすー	ぶたにく みそ こんが ★わかめ のり	たけのこ なら はくさい だいこん にんじん ねぎ キャバツ	★ごはん ごまあがら さとう ごま ドレッシング はるさめ	591	25.0		
16	木		西中3年生 リクエスト	バターロール パン	ハーブチキン やさいサラダ コーンポターージュ	とりにく ハム	ハーブ きゅうり キャバツ カリフラワー たまねぎ にんじん コーン	パン ドレッシング バター シチュールウ じゃがいも なまクリーム	632	28.2		
17	金		みやぎ 水産の日	利府町産米の ごはん (宮城県産あじつけ のり)	さばのてりやき じゃがいものにくみそあえ せんべいじる	のり さば ぶたにく みそ とりにく	えだまめ だいこん にんじん ごぼう えのきたけ ねぎ	★ごはん さとう じゃがいも こめあがら でんぶん せんべい	629	30.9		
20	月		菅小6年生 リクエスト	利府町産米の ごはん (おかかふりかけ)	ハンバーグのオニオンソース ブロッコリーサラダ ABCスー	かつおぶし のり とりにく ぶたにく ベーコン	たまねぎ ブロッコリー カリフラワー コーン にんじん はくさい だいこん	★ごはん さとう こめあがら でんぶん ドレッシング はちみつ マカロニ	603	21.6		
21	火			ソフトパン	はたてふうみフライ(2こ) かいそうサラダ しろいんげんまめのポターージュ	ぎよにくすりみ ほたて かいそう ささかまほこ ベーコン	もやし きゅうり たまねぎ にんじん	パン パンこ こむぎこ でんぶん だいいずあがら ドレッシング じゃがいも バター シチュールウ なまクリーム	610	24.6		
22	水		ナンは ポテト館から 届きます	利府町産米の ごはん	とふっこポークチャップ ふわふわたまごとチーズのスー ぼんかん	ぶたにく ベーコン チーズ たまご	たまねぎ マッシュルーム グリーンピース ★利府なし トマト にんじん ぼんかん	★ごはん こめあがら さとう でんぶん パンこ	603	23.3		
23	木		菅小6年生 リクエスト	ナン	チキンカレー プレーンオムレツ カラフルサラダ	とりにく ひよこまめ たまご	にんじん たまねぎ トマト りんご ブロッコリー カリフラワー コーン パプリカ	ナン じゃがいも さとう こめあがら カレールウ ドレッシング	596	27.0		
24	金		二小6年生 リクエスト	利府町産米の わかめごはん	えびフライ ポテトサラダ とんじる	わかめ えび ツナ ぶたにく あがらあげ どうふ みそ	きゅうり たまねぎ だいこん にんじん ごぼう こんにやく ねぎ	★ごはん パンこ こむぎこ でんぶん だいいずあがら じゃがいも マヨネーズ さいとみ こめあがら	634	26.2		
27	月			利府町産米の ごはん	はんぺんチーズフライ はるさめのごもくいため キムチスー	はんぺん チーズ ベーコン ぶたにく どうふ こんが みそ	にんじん たまねぎ ピーマン はくさい たけのこ えのきたけ こまつな だいこん なら ねぎ	★ごはん パンこ だいいずあがら はるさめ ごまあがら さとう こめあがら	667	23.0		
28	火		二小6年生 リクエスト	せわり コッペパン	ソースやきそば にくしゅうまい(2こ) ブロッコリーのおかかあえ	ぶたにく とりにく かつおぶし	たまねぎ にんじん キャバツ もやし たけのこ しいたけ ピーマン ブロッコリー	パン ちゅうかめん こめあがら こむぎこ	602	27.2		
29	水		受験生 おうえん こんだて	利府町産米の ごはん	さばのあまずねぎソース つぼみなのごまあえ かきたまじる	さば ちくわ かつおぶし たまご どうふ	ねぎ つぼみな もやし にんじん しいたけ ほうれんそう	★ごはん でんぶん だいいずあがら さとう ごま ごまあがら	634	27.1		
30	木	西中		ミルクパン	スパゲティナポリタン キャバツとツナのサラダ ヨーグルト	ベーコン ツナ ヨーグルト	にんじん たまねぎ マッシュルーム グリンピース トマト キャバツ コーン きゅうり	パン スパゲティ オリーブオイル ドレッシング	654	25.0		
31	金			利府町産米の ごはん	そばろどんのぐ しゅんやさいのみそしる ずんだだんご	とりにく ぶたにく どうふ みそ	たまねぎ グリンピース はくさい だいこん にんじん ゆきな えだまめ	★ごはん こめあがら さとう あがらふ しらたまだんご	643	29.0		

月平均栄養価 エネルギー：620kcal たんぱく質：25.3g 脂質：20.9g 塩分：2.6g
都合により、献立が変更になる場合があります。ご了承ください。

★「はし、は、まいにちわすれずに持ってきましょう★

1月の給食目標「給食について考えよう」

1月24日～1月30日

全国学校給食週間
がはじまります！

どんな給食の思い出が
ありますか？

はしを上手に使う日

箸の持ち方を意識して食べる「はしを上手に使う日献立」を毎月実施しています。今月は、味付けのりをごはんに「まいて」食べましょう。

食育の日献立

利府町では「毎月19日は食育の日」にちなんで、季節の食材や行事に合わせた「食育の日献立」を実施しています。今月は「新年お祝い献立」です。どうぞお楽しみに！

食育の日

今月の地場産品

利府町の給食センターでは、農協さんと漁協さんと連携し、毎月、地場産品を取り入れた給食を実施しています。今月は利府町産の「米・利府なしわかめ」を使用する予定です。献立表では★印をつけてお知らせしています。食材の都合により、産地が変更になることもあります。

★西中3年 M・R さん(14日)

みなさん、めずらしい献立を楽しんでください！

★西中3年 M・T さん(16日)

栄養がある献立にしました！たくさん食べてください。

★菅小6年 A・N さん(20日)

学校でも人気のメニューを選んで、主食・肉・野菜・スープの栄養バランスを考えた献立にしました。

小学6年生・中学3年生のリクエスト給食

★菅小6年 K・T さん(23日)

オムレツとカラフルサラダでいろいろしました！

★二小6年 I・H さん(24日)

えびフライは皆から人気が高そうだったので入れました。ポテトサラダも人気が高く、食べやすそうだったので入れました。たくさん食べてもらえたら、とても嬉しいです。

★二小6年 S・K さん(28日)

栄養をちゃんととれると思ったので選びました。みなさんたくさん食べてください。

保護者の皆様へ

利府町公式Youtubeにて、ポテト館の新しい動画を公開中です！「おいしい給食ができるまで 4」は、こちらからご視聴ください。→→

食物アレルギーや乳糖不耐症等の健康上の理由により牛乳停止をご希望されるお子様に、代替飲料の麦茶を提供しています。(別途申請が必要です)

予定献立表に記載されている食材名は、使用する主な食材名です。アレルギー表示ではありませんので、ご注意ください。

予定献立表は、給食センターのホームページにも掲載しています。

全国学校給食週間の取り組みとして、ポテト館では14日から卒業学年によるリクエスト給食を実施します。栄養バランスなどを考慮し、各校から2献立ずつ選びました。今年は、利府西中学校のリクエストからスタートします！献立を考えてくれた6名のみなさんのメッセージを紹介します。他にも、リクエストの多かった献立を3学期の給食に取り入れていきますので、楽しみにしていてください！

たくさんのご意見をありがとうございました。