

令和3年

1月

給食増どり

香美町立村岡学校給食センター

TEL 99-5050

※都合により献立を変更する場合があります

月ようび	火ようび	水ようび	木ようび	金ようび
<p>あけまして おめでとう ごさいます</p> <p>かぜに負けない体をつくる栄養素</p> <p>ビ タ ミ ン A C</p> <p>かぜが流行する季節になりました。免疫力を高めるビタミンAやコラーゲンの合成に役立つビタミンCが多い食べ物をしっかりとって予防しましょう！</p>			<p>7</p> <p>ごはん 牛乳 手作りハンバーグ マカロニサラダ さつま汁</p>	<p>8</p> <p>ごはん 牛乳 ぎょうざの酢じょうゆかけ 中華ハムサラダ ポトフ</p>
<p>11</p> <p>成人の日</p> 	<p>12</p> <p>うめじごはん 牛乳 スズキのわかめパン粉焼き カブのコロコロサラダ ぶたと大根のみそ煮</p>	<p>13</p> <p>ごはん 牛乳 鶏の黒酢あんかけ キャベツとジャコのレモンあえ じゃがいものかきたま汁</p>	<p>14</p> <p>但馬牛ごはん 牛乳 焼きハタハタ 白菜の黒ごまあえ なめこのみそ汁</p> <p>もおう〜と食べよう但馬牛 《地元産但馬牛肉普及事業》</p>	<p>15</p> <p>あずきごはん 牛乳 イカリングフライ 紅白なます 白玉雑煮 スイートポテト 小正月</p>
<p>18</p> <p>ごはん 牛乳 ぶたのスタミナ炒め ポテトサラダ 中華風豆乳スープ</p>	<p>19</p> <p>ごはん 牛乳 みかん キスのカレー揚げ 湯葉と野菜のおかかあえ さつま芋のみそ汁</p> <p>魚(とと)の日 《香美町魚食普及事業》</p>	<p>20</p> <p>★カミカミ</p> <p>皿うどん (めん・八宝菜) ツナごぼうサラダ 揚げパン(1・2)</p>	<p>21</p> <p>ごはん 牛乳 鶏の塩こうじ焼き 切り干しの高野粉煮 タンメンスープ</p>	<p>22</p> <p>ごはん 牛乳 春巻き バンバンジーサラダ 肉だんごスープ</p>
<p>25</p> <p>学校給食週間</p> <p>カニのほほえみ米ごはん 牛乳 鱈のチリソースかけ 大根サラダ 酒粕シチュー</p>	<p>26</p> <p>学校給食週間</p> <p>板仕野米ごはん 牛乳 ミニカレイのから揚げ 野菜のアーモンドあえ 但馬牛いっぱい肉じゃが</p> <p>もおう〜と食べよう但馬牛 《地元産但馬牛肉普及事業》</p>	<p>27</p> <p>学校給食週間</p> <p>開運カレー (むぎごはん) ほうれん草オムレツ ヨーグルトあえ(黒豆入り)</p>	<p>28</p> <p>学校給食週間</p> <p>ごはん 牛乳 とりのデミグラスソースかけ ブロッコリーサラダ リボンパスタスープ ぼんかん</p>	<p>29</p> <p>学校給食週間</p> <p>おじろ 小代のこしひかりごはん 牛乳 焼きさば 大根おろし 炒めビーフン(蝶の雫) 冬野菜みそ汁</p>

★ジオンくんのついた日は、香美町産の魚や牛肉を使っています。

★カミカミのついた日は、よくかんで食べましょう。

★ハートマークのついた日は、「コロナ支援」の食材を使っています。

《学校給食週間》 1月24日~30日

14日—「もおう〜と食べよう但馬牛」

学校給食は明治時代、山形県鶴岡市でお弁当を持ってくることのできない子どもたちに、おにぎり、焼き魚、漬け物を用意したのが始まりです。

今回は、「但馬牛ごはん」にします。

15日—小正月：小豆の赤には邪気を払う力がある！

19日—「魚(とと)の日給食」は ニギスです。

25日—「香住の日」香住のカニのほほえみ米とサワラと酒粕

26日—「村岡の日」村岡の板仕野米と村岡野菜と
コロナ支援の但馬牛いっぱい肉じゃが

27日—最後に「ん」がつく食材を3つ入れています。

今年一年、運がよくなりますように！

29日—「小代の日」小代のお米と野菜とチョウザメ醤油(蝶の雫)

学校給食の意味を考え、食べ物に感謝したり、
地元の農産物を知ったり、食生活を見直したり
する1週間にしましょう。