

令和8年

1月のよていこんだてひょう

※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に裏面の「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。家庭・学級においても毎日確認してください。

全国学校給食週間が
はじまりまーす！

欠食がある時は
学校名示



金武町学校給食センター

TEL: 968-2640
FAX: 983-2107



あけましておめでとうございます

新年を迎え、気持ちも新たに3学期が始まりました。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・早起きをして、朝ごはんを食べると、体も目覚めます！元気に登校しましょう。

1月の行事&記念日 3択クイズ

1/1 元日

Q1 おせち料理の「だて巻き」には、どんな願いがこめられている？

① 知識が身に つくように
② 恋がうまく いくように
③ 長生きできる ように

1/7 人日の節句

Q2 この日に食べる春の七草の中で、ススシロとは何のこと？

① かぶ ② 大根 ③ れんこん

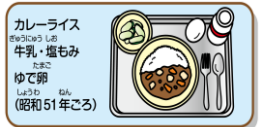
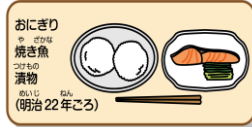
1月24日～30日は
全国学校給食週間です

学校給食について知ろう！

金武町給食センターでは、1月26日(月)～30日(金)の1週間は学校給食週間として、旧暦行事の紹介や郷土料理の提供、地元食材の活用に取り組みます。

金武町内で生産された食材を使った献立や手作りムーチャーも登場します。ムーチャーは旧暦の12月8日に行われる行事で、1年間の邪気を払い、健康を祈る行事として昔から沖縄の各地で行われてきました。給食センターでは、金武町の子どもたちの無病息災を願って、学校給食週間2日目と3日目の2日間にかけて、ムーチャー1400個を手作ります。手作りの味をお楽しみに！

日本の学校給食のあゆみ



<div>こんだて</div> <div></div> <div>栄養士のひとこと</div>	5(月) <div>1年間の食生活の目標</div> <div></div>	6(火) 始業式 <div>にくだんご 牛乳</div> <div>パパイイリチー </div> <div>むぎごはん おぞうに </div> <div>あけましておめでとうございます！ しょうがつりょうりのおぞうにです。 おもちはよくかんでね。</div>	7(水) 七草がゆ <div>バナナ 牛乳</div> <div>きんぴらごぼう </div> <div>ななくさがゆ 魚のみそやき </div> <div>ななくさがゆをたべて、おしょうがつにたべすぎて、つかれた胃(い)をやすめよう。</div>	8(木) <div>ぶたにくとあつあげのいためもの 牛乳</div> <div>てづくりふりかけ </div> <div>むぎごはん すいぎょうぎスープ </div> <div>ふりかけには、しらす、ごま、のり、あおのり、かつおぶしがはいっているよ。えいようたっぶり◎</div>	9(金) <div>チョコクリーム 牛乳</div> <div>インゲンソテー </div> <div>コッペパン チキンのトマトに </div> <div>きょうは9しゅるいのやさいがはいっています。やさいのなまえ、わかるかな？</div>
	12(月) <div>成人の日</div> <div></div>	13(火) <div>タコライス 牛乳</div> <div>・ミート ・キャベツ ・チーズ ↓もりつける</div> <div>むぎごはん だいこんのみそしる </div> <div>きゅうしよくのタコライスには、やさいやだいずもいれて、えいようがとれるようにしているよ。</div>	14(水) <div> 牛乳</div> <div>だいがくいも </div> <div>カレーうどん ささみ梅サラダ </div> <div>さつまいもは、しよくもつせんいがおいですが、カロリーがたかいので、たべすぎちゅうい！</div>	15(木) 中川小6年 欠食 第3木 琉球料理の日 牛乳 <div>魚のてりやき </div> <div>デークニイリチー </div> <div>むぎごはん チムシンジ </div> <div>チムシンジは、ぶたレバーがはいったりゅうきゅうりょうり。ひとくちでもおおくたべよう！</div>	16(金) 中川小6年 欠食 りんごジャム 牛乳 <div>ジャーマンポテト </div> <div>コッペパン しろはなまめスープ </div> <div>しろはなまめスープは、しゅんのはくさいをいれたよ。かぜをひかないようにしっかりたべよう。</div>
<div>こんだて</div> <div></div> <div>栄養士のひとこと</div>	19(月) <div>オムレツ 牛乳</div> <div>きのこピラフ れんこんサラダ </div> <div>ピラフには、しめじ、マッシュルームがはいっています。きのこがにがてなひとたべやすいね。</div>	20(火) <div>オレンジ 牛乳</div> <div>チンジャオロース </div> <div>むぎごはん ちゅうかコーンスープ </div> <div>チンジャオロースのぎゅうにくは、てつぶんがとれます。むぎごはんもこのさずしっかりたべよう。</div>	21(水) <div>いわしのカリカリフライ 牛乳</div> <div>ごぼうとアーモンドのサラダ </div> <div>しおやきそば </div> <div>こざかなのいわしは、カルシウムがとれます。ぎゅうにゅうだけではカルシウムはたりないよ。</div>	22(木) <div>ちくわのマヨネーズやき 牛乳</div> <div>ひじきいため </div> <div>むぎごはん さつまじる </div> <div>ひじきは、かんづめで、てがるにたべられるべんりしよくざい。おうちでストックしておく◎</div>	23(金) 嘉芸小・こども園 交流給食 ・中川幼 欠食 牛乳 <div>アーモンドあえ </div> <div>魚のピザやき </div> <div>コッペパン コーンクリームスープ </div> <div>アーモンドにはいっているあぶらはからだにいいです。ほかにもビタミン・ミネラルがとれるよ。</div>
	26(月) 学校給食週間 グルクンのシークワーサーじょうゆ 牛乳 <div>じゃがいもタシヤー </div> <div>むぎごはん なかみじる </div> <div>きゅうしよくしゅうかんがはじまります。どんなきょうどりょうりがでるかな？おたのしみに☆</div>	27(火) 学校給食週間 オレンジ 牛乳 <div>ムーチャー 【嘉芸小・金武中】 ムーチャー 【中川幼小・金武小】</div> <div>クファージュジー マーミナーチャンプルー </div> <div>ムーチャーはひとつひとつカーサでつつんで、むしました。けんこうでおおきくなりますように。</div>	28(水) 学校給食週間 オレンジ 牛乳 <div>ムーチャー 【嘉芸小・金武中】 ムーチャー 【中川幼小・金武小】</div> <div>ジャンボいんげんのツナマヨあえ </div> <div>にこみうどん </div> <div>ムーチャーをたべて、けんこうでおおきくなりますように。ジャンボいんげんは金武町産です。</div>	29(木) 学校給食週間 やさしいコロッケ 牛乳 <div>もずくどん 牛乳</div> <div>むぎごはん スーナー </div> <div>もずくのネバネバのしょうたいは「フコダイン」。しよくもつせんいがたっぷりといれます。</div>	30(金) 学校給食週間 マグロカツ 牛乳 <div>ぎゅうにくとパパイアのいためもの </div> <div>コッペパン ざっくスープ </div> <div>パパイアは、金武町でつくられたやさいです。ちいきのたべものにかんしゃしてたべようね。</div>
<div>こんだて</div> <div></div> <div>栄養士のひとこと</div>					