

# 1月 予定献立表

R3年度 由布市学校給食センター  
今年もよろしくお願ひします。

月	火	水	木	金
<b>11日</b> かがみひら 「鏡開き」です。 	<b>11</b> ゆかりごはん 紅白だんご汁 マダイのゆずだれかけ ぎゅうにゅう とうふ マダイ ごはん たんご さとう あぶら でんぶん しいたけ たまねぎ にんじん ねぎ ゆずかじゅう ゆかり	<b>12</b> ミルクパン すね肉とキャベツのトマトスープ ブロッコリーサラダ ぎゅうにゅう とりにく きゅうにく ロースハム ミルクパン オリーブあぶら ドレッシング なまクリーム にんにく たまねぎ にんじん コーン しめじ トマトピューレー トマト ケチャップ キャベツ ブロッコリー	<b>13</b> ごはん みぞれ汁 ★トリニータ丼★ ぎゅうにゅう とりにく ふたにく とうふ ごはん あぶら さとう でんぶん にんじん しめじ はくさい しろねぎ だいこん しろ	<b>14</b> ごはん じゃがいものそぼろ煮 ごまじゃこサラダ ぎゅうにゅう ふたにく だいすミート ちりめん ごはん あぶら じゃがいも さとう ごまあぶら ごま こんにやく にんじん たまねぎ えだまめ キャベツ きゅうり
<b>17</b> ごはん 粉高野汁 梅しそチキンカツ ぎゅうにゅう たまご ごなごや チキンカツ(とりにく) ごはん じゃがいも チキンカツ(みずあめ・こもぎ・でんぶん) にんじん たまねぎ しろねぎ しいたけ チキンカツ(うめ・しょうが・おおほ)	<b>18</b> ごはん 豆腐のみそ汁 豚肉の五目煮 ぎゅうにゅう とうふ ちくわ あぶらあげ みそ ふたにく ごはん あぶら さとう ぎゅうにゅう とりにく ローズハム かいそう ごまとうパン あぶら バター ごめこ さとう にんじん たまねぎ しめじ はくさい きゅうり カリフラワー ブロッコリー	<b>19</b> 黒糖パン 白菜のクリーム煮 海藻サラダ ぎゅうにゅう とりにく ふたにく だいすミート とりにく ごはん さとう ごま ごまあぶら はるさめ にんにく しょうが たまねぎ にんじん たけのこ ねぎ きゅうり キャベツ	<b>20</b> ごはん マーボー春雨 甘酢あえ ぎゅうにゅう きゅうにく みそ ふたにく だいすミート とりにく ごはん さとう ごま ごまあぶら はるさめ にんにく しょうが たまねぎ にんじん たけのこ ねぎ きゅうり キャベツ	<b>21</b> ごはん チキンカレー ★フルーツポンチ★ ぎゅうにゅう とりにく ごはん あぶら カレー じゃがいも にんにく たまねぎ にんじん えだまめ リンゴピューレー パイン おとうろ みかん カクテルゼリー(ぶどうかじゅう ももかじゅう)
<b>24～30日は『全国学校給食週間』</b>				
<b>24</b> ごはん トック入りキムチ汁 チヂミのごまだれかけ ぎゅうにゅう ふたにく チヂミ(おから) わかめ ごはん あぶら トック さとう ごま でんぶん チヂミ(こめこ・じゃがいも) キムチ(はくさい) にんじん たまねぎ もやし チヂミ(にら・にんにく)	<b>25</b> ごはん カウル サーモンのみそマヨ焼き ぎゅうにゅう ベーコン ミックスピーンス さけ みそ ごはん じゃがいも エッグクアマヨネーズ たまねぎ にんじん しめじ しろねぎ	<b>26</b> 小型コッペパン 鹿肉入りミートスパゲッティ 彩りサラダ ぎゅうにゅう しがにく ふたにく だいすミート ロースハム コッペパン スパゲッティ オリーブあぶら ドレッシング にんにく しょうが パイン コーン トマトピューレー ケチャップ 赤パプリカ きゅうり キャベツ	<b>27</b> ごはん 中華スープ ユーリンチー ぎゅうにゅう ベーコン とうふ とりにく ごはん ごまあぶら さとう あぶら でんぶん たまねぎ にんじん もやし ごまつな きくらげ しょうが にんにく しろねぎ	<b>28</b> とよっこ給食 ★とりめし★ 白菜のごまみそ汁 わかめ厚焼きたまご ぎゅうにゅう とりにく ふたにく みそ たまご わかめ とうふ あぶらあげ ごはん あぶら ごま でんぶん さとう たまねぎ にんじん ねぎ ごぼう にんにく はくさい
<b>31</b> ごはん カレー豆腐 いそあえ ぎゅうにゅう ふたにく だいすミート とうふ のり ごはん あぶら カレール ごまあぶら さとう はるさめ にんにく たまねぎ にんじん しいたけ しろねぎ きゅうり キャベツ	 牛乳は毎日つきます。 血・骨・肉をつくる(赤) エネルギーのもとになる(黄) 体の調子を整える(緑)	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">   <b>中学3年生リクエストメニュー</b> </p> <p>★13日(木)：トリニータ丼</p> <p>★21日(金)：フルーツポンチ</p> <p>★28日(金)：とりめし</p> </div>		

**11日『マダイのゆずだれかけ』** ■佐伯市産「養殖マダイ」 ■川西地区「ゆず果汁」

この日はお正月メニューです。佐伯市で養殖されたマダイは上質なエサを使い、キレイな海で丁寧に育てられたマダイはほんのり甘味がある、上品な味です。また、ゆずだれのゆず果汁は川西直売所から取り寄せたものです。ゆずのやさしい香りと高級なマダイ!!よく味わっていただきましょう。

\*この献立は由布市の基本献立です。学校ごとに行事が異なるため実施しない日の献立も記載しています。  
\*都合により献立や食材を変更する場合がありますので、ご了承ください。



日本の学校給食は、明治22年(1947年)に山形県の小学校で貧しくて昼食を用意できない子どものために、無料で配られたのがはじまりといわれています。戦争で、一時中断されましたが、戦後に再開しました。食べ物が無い時代でしたが、子どもたちを助けようと世界中の国々から粉ミルクや缶詰が送られてきたそうです。昔も今も、給食は多くの人の協力のおかげで成り立っているんですね。感謝の気持ちをもっていただきましょう。

## 学校給食の献立の移りかわり →→→

明治22年	昭和22年	昭和25年(戦後)
おにぎり・塩さけ・菜の漬物	ミルク(脱脂粉乳)・トマトシチュー	コッペパン・ミルク(脱脂粉乳)・ポタージュース・コロッケ

◆由布市では昭和22年に狭間小・川西小で給食がはじまり、メニューは「ミルク」のみで、給食費は1か月5円だったそうです。

※えんぴつが1本2円の時代です

## 由布市では「世界の料理」をテーマにした給食を提供します

<b>24日(月) 韓国</b> トックとは韓国で食べられている「おもち」のことで、また、チヂミも韓国の料理です。	<b>25日(火) ウェールズ</b> 「カウル」とは、長ネギのスープのことです。ウェールズは「リーキ」という長ネギが有名で、いろいろな料理に使われます。給食では由布市産の「白ネギ」を使います。ウェールズは、ラグビーワールドカップの際、大分に来県しました。
--	---

<b>26日(水) フランス 『ジビエ料理』</b> フランスでは野生動物を使った『ジビエ料理』が有名です。この日は、湯布院の「ちんぜい」さんの鹿肉を使います。鹿肉は栄養価が他のお肉に比べて高いのが特徴です。農作物の被害を減らすため、様々な取り組みが行われていますが、料理として命をいただくことも、人と野生動物が共に生きてくために大切なことです。
--

<b>27日(木) 中国</b> ユーリンチーは「油淋鶏」と書き、「鶏肉に油をかけまわして揚げた料理」という意味です。「ユーリンチー」と読むこともあります。	<b>28日(金) 日本</b> 「とりめし」は大分県の郷土料理です。由布フーズさんが具を作り、炊き立てのご飯と混ぜ合わせていただきました。代々受け継がれている大分県の食文化です。大切にしましょう。
---	--