

献立表 (1月18日 - 1月23日)
18 木 ごはん、豆腐のオイスターソーススープ、ピビンバ
19 金 むぎ麦ごはん、ほたてカレー、洋なし缶
22 月 こがた小型コッペパン、ペンネポロネーゼ、チキン豆腐バーグ
23 火 ごはん、白味噌雑煮、ちくわ磯辺揚げ、すだちゼリー

1月24日～1月30日は全国学校給食週間

献立表 (1月24日 - 1月31日)
24 水 こがた小型バターパン、ニョッキのクリーム煮、白身魚フライ
25 木 ごはん、八宝菜、ポークしゅうまい(2個)
26 金 ごはん、けんちん汁、チキンカツ、クリーム大福
29 月 ごはん、うずら卵の味噌汁、手作りやきとり丼、ねりからし
30 火 スライスパン、ポトフ、チキンロイヤルカツ、キルドチョコ
31 水 ごはん、豚肉と春雨の中華炒め、かぼちゃ挽肉フライ

◎1人当たりの平均摂取栄養価 エネルギー 641kcal たんぱく質 25.3g 脂質 22.1g 塩分 2.5g 二次元コードから配合表を確認出来ます。↓

- ★ 牛乳は毎日つきます。
★ 都合により献立の一部を変更する場合があります。
★ 「はし」は毎日持ってきて下さい。(はしは毎日洗いましう。)
★ 減塩のため、麺の日の汁はひかえめにしましょう。
★ 魚には骨があります。気をつけて食べましょう。
★ お子様楽しく食べた給食です。給食費は忘れずに納めましょう。
★ アレルギー等で詳しい献立内容を確認したい場合は給食センター栄養教諭までご連絡下さい。
★ 献立やアレルギー表は室蘭市学校給食センターのホームページにも掲載しています。(http://www.city.muroran.lg.jp/main/org9600.html)
※ アレルギー物質として特定原材料7品目及び特定原材料に準ずるもの21品目を記載しています。
なお、コンタミネーションとは原料として使用していませんが、製造等の過程で意図せず混入する可能性があることを言います。

今月の当日パン
～ 24日～
蘭北・八丁平・白蘭・喜門岱
配合表
QRコード



2023年度 給食テーマ

「日本を巡ろう！」

第10弾 徳島県

1月23日(火)

- ごはん ●白味噌雑煮 ●牛乳
- ちくわ磯辺揚げ ●すだちゼリー



給食で日本を巡ろう!第10弾は徳島県です。徳島県は世界三大潮流の一つである渦潮(渦を巻いて激しく流れる海水)の鳴門海峡、400年の歴史があり日本三大盆踊りで世界にも知られている「阿波おどり」が有名な県です。

「白味噌雑煮」は徳島県でよく食べられている雑煮です。地域によっては丸餅、角餅を入れて食べるそうです。今回は丸餅にしてみました。だしに溶いた白味噌と、かまぼこや里芋、野菜などを入れ彩り豊かで、優しい味です。

小松島市、徳島市、鳴門市などで製造されている伝統的な特産品に魚肉を竹につけて焼いた「竹ちくわ」があります。給食ではかわりに、「ちくわの磯辺揚げ」を提供します。

徳島県は、おだやかな気候で、すだちの栽培が盛んに行われています。生産量第1位のすだちを使った、「すだちゼリー!!」清々しい香りをお楽しみください。

1月24日から30日は全国学校給食週間

いつも食べている給食に目を向けて給食の役割について考えてみましょう

知っているかな 学校給食の歴史

学校給食の始まり

日本の学校給食は、明治22年に山形県の私立忠愛小学校において始まったとされています。この給食は、貧しくて生活に困っている子どもたちを対象に無償で出されたものでした。現在は、子どもたちの健康の増進や体位の向上を図ること、そして教材としての役割があります。



脱脂粉乳って何?

脱脂粉乳は、牛乳の脂肪分を除き、乾燥させて粉にしたものです。現在も「スキムミルク」として販売されています。学校給食は戦争で一時中断となりましたが、太平洋戦争後、食料不足で苦しむ子どもたちのためにアメリカなどから脱脂粉乳などの援助物資を受け、再開することができました。



この期間にあわせて、室蘭で有名な料理!室蘭で作られた食品!室蘭の特産品!を多く取り入れた給食が登場です。室蘭の味を楽しみましょう♪

- 1/25(木) ハ宝菜(うずら卵) ○1/26(金) けんちん汁(豆腐・つきこんにゃく)
- 1/29(月) うずら卵のみそ汁(うずら卵)・手作りやきとり丼



ありがとうございます!
森町から
ホタテのプレゼント



1月19日(金) ほたてカレー

森町からホタテをいただけるという話がありました。室蘭市でも提供していただけるよう希望をだしたところ、プレゼントしていただけることになりました。今回はぷりぷりのホタテをたっぷり入れた、ほたてカレーです。感謝して食べましょう♪

