

## 1月分 学校給食予定献立表

献立目標：袋井の地場産物を味わおう

袋井市立袋井学校給食センター

B8 1



## 学校給食展を開催します！

日 時 令和8年1月24日(土)10時~14時

会場 中部学校給食センター

持ち物 上履き、靴袋、エコバック、飲み物



詳細は袋井市の  
HPでご確認ください

## 大試食会～大人気のソフトめんが食べられるチャンス～

時間 ①10時半～②11時～③11時半～④正午～  
⑤12時半～⑥13時～⑦13時半～※要予約

定員 各回30人(先着順) 料金 300円

申込み 1月14日(水)8時半～電話でお申し込みください。

《申込み・問い合わせ》 おいしい給食課 45-3883



その他に楽しい体験がたくさん♪

- ・地場産野菜、給食パン・デザートの販売
  - ・ベジチェック
  - ・配送車の乗車体験
  - ・クイズラリー 缶バッヂプレゼント
  - ・ハンバーグ並ベタイムアタック

日 / 曜日	献立名	主に体を作るもど(赤)		主に体の調子を整えるもど(緑)		主にエネルギーのもど(黄)		調味料	小学校 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩	中学校 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩
		1群 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 牛乳・小魚 海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖・豆	6群 油脂 種など			
月	ごはん			<b>★袋井産たっぷりのどまんなか給食を食べよう★</b>				 <b>26日(月)~30日(金) 学校給食週間</b>	710kcal 24.7g 22.8g 1.6g	844kcal 29.4g 25.6g 2.1g
	ぎゅうにゅう		牛乳							
	ジャキシャキそぼろぶたんのぐ ゆかりあえ	豚肉		小松菜	玉ねぎ 切干大根 キャベツ にんじん チンゲンサイ	砂糖 片栗粉	ごま油		醤油 みりん 酒	
	どまんなかじる みかんタルト(小・中) みかんゼリー(幼)	豆腐 大豆 みそ (卵)	(牛乳)	水菜 (わかれい) にんじん	根深ねぎ	さつまいも (みかん果汁)	ごま油		かつお節 だし昆布	
	りょくちやによくパン			<b>★給食センター手作りのオムレツを味わおう★</b>					614kcal 26.1g 25.5g 1.9g	
	ぎゅうにゅう ペーコンチーズオムレツ さつまいものサラダ ABCスープ	牛乳	脱脂粉乳 チーズ 牛乳	緑茶 パセリ粉	玉ねぎ きゅうり	小麦粉 砂糖 黒砂糖 ごま油	ショートニング ドレッシング		塩 こしょう チキンスープ こしょう 油	814kcal 33.7g 31.8g 2.6g
水	ごはん			<b>★給食が始まったころの給食を食べよう★</b>				米 油 ごま油 塩	608kcal 27.6g 15.7g 1.6g	747kcal 34.5g 18.4g 2g
	ぎゅうにゅう さけのしおやき あおなのあえもの すいとんじる	牛乳		小松菜	キャベツ				油	
	ごはん			にんじん	大根				ごま油	
	ぎゅうにゅう カレー ゆでたまご しおもみやさい みかん	牛乳	豚肉 大豆粉	トマト水煮	玉ねぎ にんにく しょうが	じゃがいも レンズ豆 米粉 はちみつ	油		塩 こしょう 油	
木	むざごはん さばのてりやき じやがいものそぼろあん みぞしる	牛乳						703kcal 29.8g 19.3g 1.5g	834kcal 34.1g 21.7g 1.8g	
	むざごはん			<b>★米飯が始まったころの給食を食べよう★</b>					チキンスープ 赤ブイヨン トマトチャツヤップソース オールスピイス、ナツメグ ローレル クミン こしょう	
	さばのてりやき	牛乳							ごま油	
	じやがいものそぼろあん	牛乳							醤油 みりん 酒 塩	
金	みぞしる	牛乳						699kcal 26.2g 26.7g 1.9g	844kcal 30.5g 31.2g 2.3g	
	むざごはん			<b>★静岡県産のかつお節でとっだしを味わおう★</b>					かつお節 だし昆布	
	ぎゅうにゅう さばのてりやき じやがいものそぼろあん	牛乳							かつお節 だし昆布	
	みぞしる	牛乳							かつお節 だし昆布	

はし・スプーン・フォークは必要に応じて各自持参してください。  
袋井産の食材は太字にしています。

材料の都合等により、献立が変更することがあります。

加工食品については、主な材料名のみ（　）で表示をしてあります。

「そば」は給食では使用しませんが、めん工場では製造しています。

給食では、キウイ、落花生、クルミ、ベカンナッツは使用しません。

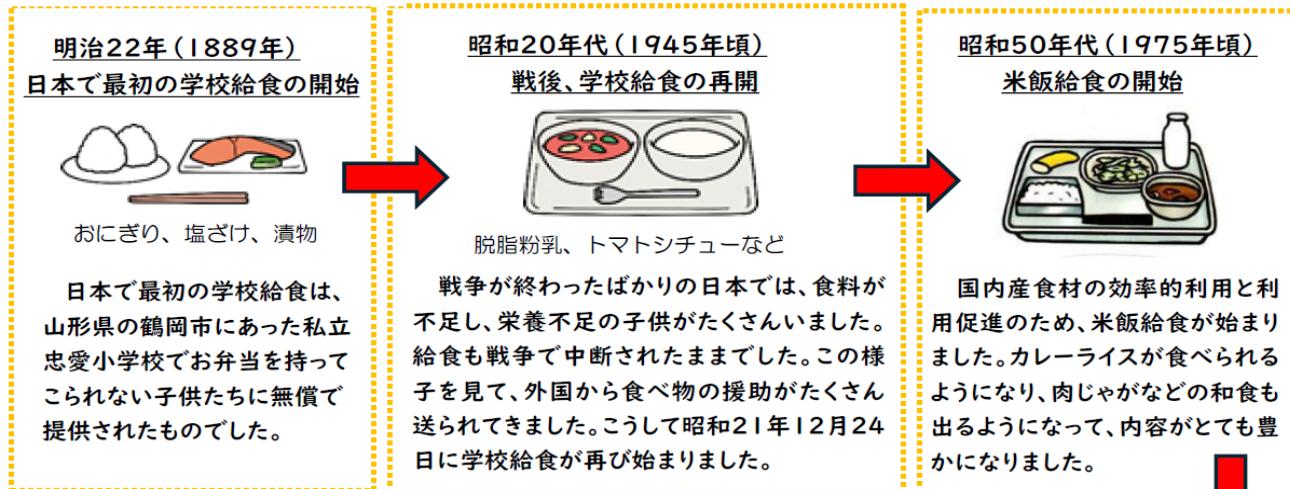
魚介類・海草類には、えび・かにが混入する場合があります。

給食に関してご質問がありましたら、袋井学校給食センターまでお問い合わせください。（TEL：49-0105）

## 地産楽食



### <学校給食の歴史>



袋井市では、  
小学校の給食が昭和29年から、  
中学校の給食が昭和46年から順次、開始されました。



かみごたえのある食材、窒息や誤嚥防止のため  
よくかんで食べもらいたい日に、  
この「よくかんで食べようマーク」がついています。

### 「野菜を食べて健康になろう」

小学4年生が1日に摂取すべきとされている  
野菜の量の1/3(95g)以上を使用している日の献立  
には、「野菜いっぱいマーク」がついています。



### 「ロイロノート・資料箱→静岡県袋井市共有→給食」

より、毎日の給食についての資料を家庭でも見ることができます。ぜひ、お子さんと一緒にご覧ください。

### 平成・令和 子供たちの心も育てる学校給食へ

現在は、適切な栄養の摂取による健康の保持増進と地場産物の活用や伝統的な郷土料理、季節ごとの行事食なども取り入れながら、食べ物を通して社会を学び、また思いやりや感謝する心を育んでいくなど、子供たちの心も豊かにしていくような給食を目指しています。