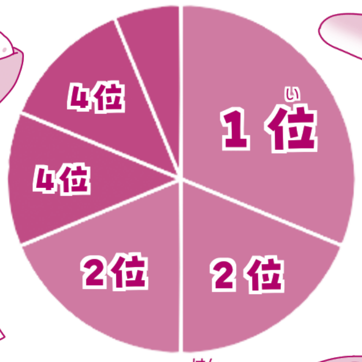
学校給食だより

八雲町学校給食センター

リクエスト給食人気ランキング 結果発表！（その１）

リクエストメニュー、考えてくれてありがとうございました！
２月・３月もまだまだ続きます。お楽しみに☆

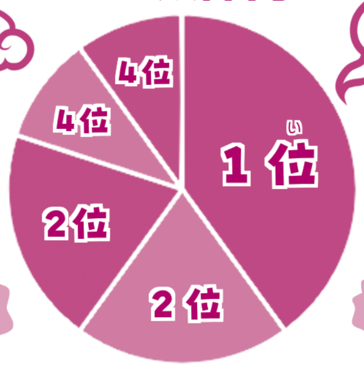
ごはん・パン部門



１位：わかめご飯
２位：カレーライス
２位：コッペパン
４位：ココア揚げパン
４位：きなこ揚げパン

ほかには、ふりかけご飯などなど。
揚げパンも人気でした！

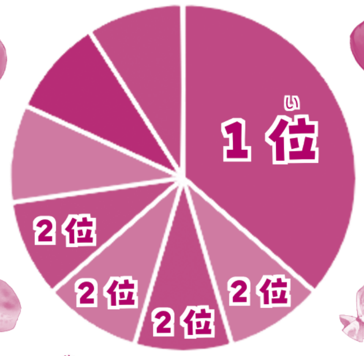
めん類部門



１位：しょうゆラーメン
２位：みそラーメン
２位：キムチうどん
４位：しおラーメン
４位：カレーうどん

ラーメンが圧倒的に人気でしたが、
うどんも負けてません！

デザート部門



１位：焼きプリンタルト
２位：ゼリー
２位：りんごシロップ漬け
２位：冷凍みかん
２位：バニラだいふく

ほか、ヨーグルト・フルーツポンチ・
パインなどがありました。

１月の こんだて予定表

（献立表をご活用下さい）

日（曜）	こんだて名			黄 働く力となる	赤 血や肉になる	緑 体の調子を整える
14（水）	熊石中学校全校生徒のリクエストメニュー			エネルギー（kcal） 小900 中1080	たんぱく質（g） 小27.6 中33.1	脂質（g） 小40.4 中48.5 / 野菜量（g） 小188 中225
	ごはん	牛乳	ポークカレー・チキンカツ キャベツときゅうりのサラダ	ごはん じゃがいも	ぎゅうにゅう・ぶたにく とりにく	にんじん・たまねぎ・パセリ キャベツ・きゅうり
15（木）	げんりょうごはん	〃	みそラーメン・白菜かりかり梅あえ 味付けのり	ごはん ラーメン	ぎゅうにゅう・ぶたにく ちくわ・のり	もやし・たまねぎ・ピーマン・めんま・にんにく ながねぎ・はくさい・きゅうり・うめ
16（金）	ごはん	〃	じゃがいものみそしる・二海サーモンの塩焼き 大根にんじんサラダ	ごはん じゃがいも	ぎゅうにゅう・あぶらあげ サーモン	ながねぎ・だいこん・にんじん コーン
19（月）	ごはん	牛乳	えのきと大根のみそしる ぶたにくと野菜の甘みそいため・マカロニきなこ	ごはん マカロニ	ぎゅうにゅう・こうやどうふ ぶたにく	えのきたけ・だいこん・ながねぎ・もやし キャベツ・たまねぎ・しょうが
20（火）	バターパン	〃	白菜のクリームに・トマトミートオムレツ キャベツのマスタードサラダ	パン マヨネーズ	ぎゅうにゅう・ふんにゅう たまご・とりにく	はくさい・にんじん・こまつな トマト・キャベツ
21（水）	熊石小学校５・６年生のリクエストメニュー			エネルギー（kcal） 小706 中847	たんぱく質（g） 小28.1 中33.7	脂質（g） 小27.8 中33.4 / 野菜量（g） 小128 中154
	わかめごはん	牛乳	とんじる・からあげ（２個） ブロッコリーのおかかあえ	ごはん・じゃがいも こんにゃく	ぎゅうにゅう・わかめ・ぶたにく とうふ・とりにく	だいこん・にんじん・ながねぎ ブロッコリー
22（木）	げんりょうごはん	〃	ちゃんぽんうどん・うの花コロッケ かまぼこあまからに	ごはん うどん	ぎゅうにゅう・ぶたにく・ツト おから・かまぼこ	コーン・にんじん・キャベツ・にら だいこん・しょうが・いんげんまめ
23（金）	ごはん	〃	おぞうに・五目あつやきたまご ぶたにくとこんぶのみそいため	ごはん・しらたま こんにゃく	ぎゅうにゅう・とりにく・かまぼこ たまご・ぶたにく・さつまあげ	にんじん・だいこん・みつば
26（月）	ごはん	牛乳	キャベツのみそしる・すき焼き 大根わふうあえ	ごはん しらたき	ぎゅうにゅう・とうふ ぶたにく	キャベツ・にんじん・えのきたけ はくさい・だいこん・きゅうり・コーン
27（火）	コッペパン	〃	白菜のコンソメスープ・チキンチャップ サワーキャベツ	パン	ぎゅうにゅう・とりにく	はくさい・にんじん・たまねぎ・ピーマン トマト・キャベツ・きゅうり
28（水）	東野小学校３・４年生のリクエストメニュー			エネルギー（kcal） 小555 中666	たんぱく質（g） 小24.5 中29.4	脂質（g） 小18.6 中22.3 / 野菜量（g） 小66 中79
	ごはん	牛乳	わかめスープ・ビビンバ・バニラだいふく	ごはん・ごま	ぎゅうにゅう・わかめ・いとかま こうやどうふ・ぶたにく・とうにゅう	ながねぎ・もやし・にんじん こまつな・にんにく
29（木）	げんりょうごはん	〃	かんとんめん・揚げぎょうざ（２個） ヨーグルト	ごはん・ラーメン ぎょうざのかわ	ぎゅうにゅう・ぶたにく ヨーグルト	にんじん・はくさい・もやし ながねぎ
30（金）	八雲中学校３年生のリクエストメニュー			エネルギー（kcal） 小906 中1087	たんぱく質（g） 小26.7 中32	脂質（g） 小41.3 中49.5 / 野菜量（g） 小177 中212
	ごはん	牛乳	チキンカレー・チーズはんぺんフライ キャベツ塩こんぶあえ	ごはん じゃがいも	ぎゅうにゅう・とりにく・チーズ はんぺん・こんぶ	にんじん・たまねぎ・パセリ キャベツ

予定回数 13 回

１月分平均栄養摂取量

	エネルギー Kcal	蛋白質 g
小学校	656	27.0
中学校	815	32.4

今月の八雲産食材は「二海サーモン」、「ぶたにく」、「軟白ねぎ」「じゃがいも」です。

２３日（金）「おぞうに」のしらたまは、のどにつまらすことのないようによくかんで食べてね！

食物アレルギーについての対応や給食食材等についての問い合わせは八雲町学校給食センター（６２-２８０１）まで

※材料調達の都合により献立の一部が変更する場合もありますのでご了承下さい。