

令和8年

# 1月の予定献立表

材料、その他の都合により献立を変更することがあります。

せっけんで手をあらおう！

食品群	体内ではたらく
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をととのえる

★…中3リクエストメニュー



牛乳でカルシウム貯金！



与那原町立学校給食センター

TEL: 098-945-3412

こ ん だ て		6(火) ♥ミニたいやき さかなのさいきょうやき ♥わかめごはん はんぺんのすましじる 牛乳、わかめ、とりこ、はんぺんおわん種、かつおだし、シルバー(ぎんひらす)、みそ こめ、さとう、ミニたいやき ごぼう、にんじん、だいこん、えのきたけ、こまつな	7(水) ベビーチーズ カラフルソテー ♥こくとうパン ミネストローネ 牛乳、とりこ、だいず、ぶたにく、ウィンナー、チーズ こくとうパン(むぎこ)、だいず油 たまねぎ、にんじん、だいこん、キャベツ、セロリ、トマト、にんにく、パセリ、ブロッコリー、カリフラワー、コーン、ピーマン(赤・緑)	8(木) バナナ1/2 カレーうどん ♥ちくわのいそべあげ 牛乳、ぶたにく、ぶたレバー、なると、かつおだし、ちくわのいそべあげ うどん(むぎこ)、だいず油 たまねぎ、にんじん、キャベツ、こまつな、セロリ、しいたけ、にんにく、バナナ	9(金) 11日は鏡開き うまかつてん にくそぼろどん ごはん ホットぜんざい 牛乳、ぶたにく、とりこ、だいず、きんと豆、いわし、アオサ粉 こめ、だいず油、ごま油、さとう、でんぶん、こまおし麦、もち、こくとう、ひまわりの種、こむぎこ にんじん、たまねぎ、ピーマン(緑・黄)、しょうが
あか き みどり					
こ ん だ て		13(火) みかん ミルメーク さかなのてりやき ごはん とんじる 牛乳、ぶたにく、あぶらあげ、かつおだし、にぼしだし、みそ、さば こめ、じゃがいも、さとう、ミルメーク にんじん、ごぼう、だいこん、こんにゃく、ながねぎ、しょうが、みかん	14(水) ♥アセロゼリー みそカツ ごはん とうがんのすましじる 牛乳、とりこ、とうふ、わかめ、かつおだし、とんかつ、みそ こめ、だいず油、さとう、ごま油、ごま、アセロゼリー にんじん、とうがん、えのきたけ、こまつな、にんにく	15(木) ポークビーンズ コッペパン クラムチャウダー 牛乳、あさり、とりこ、ぶたにく、ぶたレバー、ミックスビーンズ、だいず コッペパン(むぎこ)、さつまいも、じゃがいも、さとう、だいず油 たまねぎ、にんじん、だいこん、マッシュルーム、ブロッコリー、にんにく、パセリ、ピーマン	16(金) サウザン ドレッシング ♥ポークカレー むぎごはん おんやさい 牛乳、ぶたにく、ぶたレバー、しろいんげん豆、ミックスビーンズ こめ、おおむぎ、じゃがいも、だいず油、サウザンドレッシング にんじん、たまねぎ、ピーマン、かぼちゃ、にんにく、カリフラワー、ブロッコリー
あか き みどり					
こ ん だ て	19(月) ♥チョコクレープ ♥ナポリタン ホキあおさフライ 牛乳、ウィンナー、ベーコン、ホキフライ スパゲティ(むぎこ)、だいず油、チョコクレープ セロリ、にんじん、たまねぎ、にんにく、マッシュルーム、ピーマン、トマト	20(火) トマトオムレツ ♥あげパン(きなこ) ポトフスープ 牛乳、きなこ、ベーコン、ひよこ豆、かつおだし、トマトオムレツ コッペパン(むぎこ)、だいず油、さとう、アーモンド粉、じゃがいも たまねぎ、にんじん、キャベツ	21(水) 中3年欠食 あつあげのもずくに むぎごはん じゃがべーじる 牛乳、ベーコン、かつおだし、にぼしだし、みそ、あつあげ、もずく、ぶたにく、だいず こめ、おおむぎ、じゃがいも、だいず油、さとう、でんぶん たまねぎ、にんじん、きぬさや、とうがん、コーン、あお豆、しょうが	22(木) 琉球料理の日 オレンジ1/4 デークニイリチー ごはん ♥イナムドゥチ 牛乳、ぶたにく、かまぼこ、かつおだし、みそ、チキアキ こめ、だいず油 こんにゃく、しいたけ、だいこん、にんじん、いんげん、オレンジ	23(金) ♥かぼちゃひきにくフライ ごはん だいこんのそぼろに 牛乳、ぶたにく、だいず、あつあげ、かつおだし、かぼちゃひき肉フライ こめ、だいず油、さとう、でんぶん だいこん、にんじん、たまねぎ、こんにゃく、いんげん
あか き みどり					
こ ん だ て	26(月) 東小 欠食 全国学校給食週間 とりごぼうバーグ ごはん うちな〜おでん 牛乳、ぶたにく、あつあげ、ちくわ、こんぶ、かつおだし、がんもどき、とりごぼうバーグ こめ、だいず油、さとう しいたけ、だいこん、こまつな、にんにく、にんじん、たまねぎ、にら	27(火) 全国学校給食週間 ♥ちんすこう にんじんシリシリー ごはん クーニー(小煮) 牛乳、ぶたにく、あつあげ、こんぶ、かつおだし、たまご、ツナ こめ、だいず油、ちんすこう だいこん、にんじん、こんにゃく、こまつな、にんじん、たまねぎ、にら	28(水) 全国学校給食週間 ウムニ ごはん デークニンプシー 牛乳、ぶたにく、あつあげ、ポール天、かつおだし、みそ こめ、だいず油、さとう、べにいも、でんぶん だいこん、にんじん、こんにゃく、こまつな、だいこん、レモン果汁	29(木) 全国学校給食週間 ♥おいものだいふく ♥クービリチー ごはん クーリジシ 牛乳、ぶたにく、たまご、かまぼこ、かつおだし、チキアキ、こんぶ こめ、だいず油、さとう、おいものだいふく とうがん、きくらげ、こんにゃく、にんじん、だいこん	30(金) 全国学校給食週間 カップもずく あげどうふのやさいあんかけ ♥クファージュシー 牛乳、ぶたにく、チキアキ、こんぶ、かつおだし、とうふ、カップもずく こめ、おおむぎ、だいず油、さとう、でんぶん しいたけ、にんじん、ごぼう、ねぎ、しょうが、たまねぎ、たけのこ、ピーマン(緑・赤・黄)
あか き みどり					

## 中学3年生 リクエスト給食 結果発表！

中学3年生に卒業までにもう一度食べたい献立のリクエストを聞きました！

【給食メニュー部門】

- 1位 あげパン
- 2位 カレーライス
- 3位 沖縄そば
- 4位 ナンとカレー
- 5位 わかめごはん

そのほかに、ウムクジ天、ぶら、スパゲティ、イナムドゥチ、ABCスープ、黒糖パン、なかみ汁、麻婆豆腐、煮込みうどん、ゴーヤーチップス、タコライスなどもあがったよ！

【デザート部門】

- 1位 米粉のタルト
- 2位 フルーツポンチ
- 3位 ケーキ
- シークワーサーソルベ
- 5位 ミルメーク



そのほかに、大福、クレープ、プリン、ゼリー、大学いも、ヨーグルト、パイ、たい焼き、みかん、みたらし団子、アーモンド、ちんすこう、バナナ、もち、ムースなどもあがったよ！



給食センターHPで  
給食写真や献立表を  
チェック！上のQRコードを  
読み込んでください♪

★リクエストは1～3月の給食で可能な限り実施します★