

1がつ よていにんだてひょう(A)

日	献立名	赤の仲間 体をつくるもとになる	緑の仲間 体の調子を整える	黄の仲間 エネルギーのもとになる	その他
11 木	ミルクパン チキンとポテトの ケチャップいため チンゲンサイのスープ	とりにく	にんじん さやいんげん たまねぎ にんにく	ミルクパン じゃがいも なたねあぶら	カレーこ しお さけ トマトケチャップ こいくちしょうゆ チキンブイヨン うすくちしょうゆ しお こしょう さけ
12 金	くろまめごはん ぶりのしおやき こうはくなます きょうぼうそうじ	とりにく くろまめ ぶり	チンゲンサイ えのきだけ たまねぎ にんじん りょくとうもやし しょうが ごぼう にんじん だいこん きんときになんじん だいこん きんときになんじん あおねぎ	こめ なたねあぶら しろいりごま しろすりごま しょうはくとう にこみもち さといも	うすくちしょうゆ しお だしこんぶ さけ こいくちしょうゆ さけ こめす うすくちしょうゆ しお だしこんぶ けずりぶし

給食週間特別献立 ~食べて学ぼう! SDGs~ (15日~19日)

16 火	ごはん エコフィードぶたの ぶたじゃが きりほしだいこんの すのもの	エコフィードぶたにく さつまあげ	たまねぎ にんじん きゅうり きりほしだいこん にんじん	こめ じゃがいも こんにゃく さんおんとう なたねあぶら しょうはくとう しろいりごま しろすりごま	こいくちしょうゆ さけ みりん うすくちしょうゆ こめす うすくちしょうゆ しお
18 木	あじつけパン かわつぎにんじんの ポトフ まるごとブロッコリーの フレンチサラダ	ポークウインター とりにく チキンハム	たまねぎ キャベツ にんじん パセリ キャベツ ブロッコリー にんじん	あじつけパン じゃがいも オリーブオイル なたねあぶら しょうはくとう	チキンブイヨン しろワイン こしょう うすくちしょうゆ しお こめす しお こしょう
19 金	ごはん ちくわのごまからあげ けずりぶしのつくだに はくさいのみそしる	ちくわ けずりぶし あぶらあげ あかみそ しんしゅうみそ	だし 出汁をとった後の出汁がら(けずり ぶし)を使っています。	こめ しろいりごま こめこミックス なたねあぶら さんおんとう しろいりごま	こいくちしょうゆ みりん さけ けずりぶし
23 火	ごはん にこにこチキンカレー レモンふうみのサラダ	とりにく	にんにく しょうが たまねぎ にんじん キャベツ にんじん コーン	こめ じゃがいも なたねあぶら しょうはくとう なたねあぶら	カレーこ こしょう しお カレールウ こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ レモンかじゅう
25 木	こがたパン ナポリタン きりほしだいこんの ごまマヨサラダ	ポークウインター ベーコン ツナ	たまねぎ にんじん あおピーマン マッシュルーム きりほしだいこん にんじん きゅうり	こがたパン スパゲティ さんおんとう なたねあぶら ノンエッグマヨネーズ しょうはくとう しろいりごま しろすりごま こめ むぎ	しお トマトケチャップ ウスターソース こしょう コンソメ うすくちしょうゆ しお
26 金	むぎごはん とりにくのあげつけ ほうれんそうのみそしる	とりにく どうふ しんしゅうみそ あかみそ	しょうが たまねぎ にんじん ほうれんそう	こめ かたくりこ さんおんとう なたねあぶら じゃがいも	こめす こいくちしょうゆ さけ けずりぶし
30 火	ごはん しょうごいんだいこんと ぶたにくのたいたん みぶなのごまあえ	ぶたにく きぬあつあげ ちりめんじゃこ	しょうごいんだいこん こまつな にんじん しょうが にんじん はくさい みぶな	こめ なたねあぶら さんおんとう かたくりこ しろいりごま しろすりごま しょうはくとう	こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ みりん けずりぶし さけ こいくちしょうゆ

- ※ 材料の都合で食材を変更することがあります。
- ※ 食材の産地は、木津川市のホームページに掲載しています。
- ※ 食材の産地は、当日の状況により変更になる場合があります。
- ※ マヨネーズ・ドレッシングは卵不使用のものを使用しています。
- ※ カレーに使用しているルウ(やさいカレー)は、アレルギー28品目を使用していません。



カミカミメニューの日に
登場するカム君です。

こんげつしょう よてい きつがわしさん しょうざい
今月使用予定の木津川市産の食材です。

- こめ ○あおねぎ ○だいこん ○ほうれんそう
- チンゲンサイ ○こまつな



さかな ほね
魚には骨があります。
きつた
気を付けて食べましょう。

1月24日~30日は全国学校給食週間です

毎年1月24日~30日は全国学校給食週間です。木津川市では1月15日から19日を
給食週間とし、【食べて学ぼう! SDGs】と題して、様々なSDGsにちなんだ献立が登場します。
楽しみにしててくださいね♪

