



日	曜日	こんだて			おもなざいりょう			栄養価	
		しゅしょく	牛乳	おかず	あか ち・じ・ご・ぼね になるもの	きいろ エネルギーに なるもの	みどり からだのちょうしをととのえるもの	エネルギー (kcal)	たんぱく 質 (g)
9	水	きせつのごんたて「おせちしょうり」 黒豆ごはん 紅白雑煮 田作り			ぎゅうにゅう くだいず とりにく かまぼこ にほし	こめ もちこめ さといも あぶら さとう ごま もち	だいこん にんじん こまつな ほししいたけ	562	25.1
10	木	緑区サッカー大会前日応援献立「チキンカツ(勝つ)」 子供パンスライス チキンカツ コールスローサラダ きのこのクリームスープ			ぎゅうにゅう とりにく ベーコン	パン こむぎこ パンこ あぶら バター さとう	にんじん たまねぎ ほししいたけ パセリ コーン きゅうり エリンギ	671	28.8
11	金	きせつのごんたて「スイーツスプリング」 麦ごはん じゃがいもの肉みそソース 磯香和え スイーツスプリング			ぎゅうにゅう ぶたにく のり	こめ むぎ じゃがいも あぶら さとう	たまねぎ にんじん さやいんげん こまつな キャベツ スイーツスプリング	668	22.3
15	火	ソイ丼 (麦ごはん) 即席漬け 豆腐とわかめのみそ汁			ぎゅうにゅう だいず ぶたにく ベーコン とうふ わかめ	こめ むぎ あぶら さとう じゃがいも	にんじん しゅんぎく きゅうり しめじ こまつな ながねぎ	642	27.4
16	水	きせつのごんたて「デコボン」 麦ごはん 肉豆腐 茎わかめのピリ辛和え デコボン			ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく くわわかめ	こめ むぎ しらたき さとう あぶら ごまあぶら	たまねぎ にんじん しょうが キャベツ もやし にんにく デコボン	596	24.9
17	木	韓国風 混ぜごはん ししゃもフライ ごまキムチ汁			ぎゅうにゅう ぶたにく ししゃも とりにく とうふ	こめ むぎ しらたき あぶら さとう ごまあぶら ごま パンこ	にんにく にんじん チンゲンサイ ごぼう キムチ ながねぎ	612	23.8
18	金	麦ごはん 干草焼き 塩昆布和え 沢煮椀			ぎゅうにゅう たまご とりにく ぶたにく しおこんぶ	こめ むぎ あぶら さとう こんにゃく でんぶん ごまあぶら ごま	ほうれんそう たまねぎ ごぼう だいこん ほししいたけ きゅうり キャベツ	587	23.3
21	月	明治22年の献立			ぎゅうにゅう のり さけ ぶたにく	こめ むぎ ごまあぶら ごま すいとん じゃがいも	きゅうり こまつな にんじん たくあん たまねぎ	585	27.7
22	火	昭和27年の献立			ぎゅうにゅう くじらにく ベーコン	パン あぶら じゃがいも マカロニ さとう ジャム	キャベツ たまねぎ セロリ にんにく にんじん	607	27.9
23	水	昭和41年の献立			ぎゅうにゅう ぶたにく だいず チーズ	ソフトめん あぶら さとう	たまねぎ にんじん にんにく ピーマン きゅうり コーン みかん	602	24.6
24	木	昭和51年の献立			ぎゅうにゅう とりにく チーズ かいそう	こめ むぎ ごま あぶら じゃがいも こむぎこ パター さとう ごまあぶら	たまねぎ にんじん にんにく しょうが だいこん きゅうり バナナ	671	20.2
25	金	埼玉県の郷土料理・地場産物の献立			ぎゅうにゅう あぶらあげ メバル ぶたにく だいず	こめ しらたき さとう あぶら さといも こんにゃく でんぶん	いもがら ほししいたけ ごぼう だいこん ながねぎ ブルーベリー にんじん こまつな	654	28.5
28	月	きせつのごんたて「ハタハタ」 まいたけごはん ハタハタの唐揚げ きりたんぼ汁			ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ はたはた	こめ むぎ さとう あぶら ごま しらたき きりたんぼ でんぶん	まいたけ ごぼう だいこん ながねぎ にんじん こまつな	626	26.9
29	火	きせつのごんたて「はるか」 麦ごはん 四川豆腐 春雨サラダ はるか			ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく	こめ むぎ あぶら さとう ごまあぶら でんぶん はるさめ ごま	たまねぎ にんじん ほししいたけ ながねぎ しょうが きゅうり こまつな コーン はるか	615	24.4
30	水	きせつのごんたて「夢オレンジ」 ライスボール チキンピース マカロニサラダ 夢オレンジ			ぎゅうにゅう だいず とりにく ベーコン チーズ	パン じゃがいも あぶら さとう マカロニ	たまねぎ にんじん グリーンピース コーン ゆめオレンジ キャベツ きゅうり	695	26.2
31	木	きせつのごんたて「れんこん」 麦ごはん 赤魚の西京焼き れんこんの炒め煮 かきたま汁			ぎゅうにゅう あかうお ぶたにく わかめ たまご とうふ	こめ むぎ こんにゃく ごまあぶら さとう ごま でんぶん	れんこん にんじん さやいんげん たまねぎ ほうれんそう ごぼう ながねぎ	591	27.5

*材料等の都合により、献立の一部を変更する場合がありますので、ご了承ください。

1月の給食目標

感謝の気持ちをもとう

学校給食週間(1月21日~25日)

戦後給食が再開されたことを記念して1月24日が学校給食記念日となりました。道祖土小学校では1月21日から1月25日までを学校給食週間とし、1・2年生は調理員さんへの手紙、3・4年生は給食標語作り、5・6年生はおすすめ献立作りに取り組みます。給食では昔の給食と埼玉県の郷土料理を出します。