

令和5年

1月 こんだて

西郷村学校給食センター

月	火	水	木	金
9日 成人式  祝・成人	10日 始業式 	11日 フルーツヨーグルト オニオンサラダ ビーフカレーライス  幼稚園	12日 かみかみグミ ハムサラダ ハンバーグ にこにこパン 豆乳スープ   幼稚園	13日 プチたいやき じゅうねん和え あじフライ・ソース 黒米ごはん 七草汁   幼稚園
16日 プルーン ひじきの煮物 豚肉のしょうが焼き  雑穀ごはん 凍み豆腐のみそ汁   幼稚園	17日 にこにこまめ いそべ和え さばの塩焼き  黒米ごはん 白菜のみそ汁   幼稚園	18日 米小学校 希望献立 	19日 カフェオレ まめ小魚 ジャーマンポテト れんこん入り肉団子 タンメン 中華麺  	20日 オレンジゼリー ごま酢和え 納豆 厚焼きたまご 麦ごはん 筑前煮    
23日 アーモンドカル ビビンバ ワンタンスープ   幼稚園	24日 にこにこまめ おひたし 鮭の塩焼き  麦ごはん 冬野菜のみそ汁   幼稚園	25日 ジョア ほうれん草のごまサラダ 牛丼 えびボールスープ   	26日 いもけんぴパリッシュ ブロッコリーサラダ ウインナー きなこ揚げパン マカロニスープ     	27日 いちごのジュレ いかにんじん ソースカツ 雑穀ごはん こぶゆ    
30日 ミルメーク たくわん和え ごぼうナッツ  しそひじきごはん 厚揚げのみそ汁   幼稚園	31日 いちごカフェオレ りんごのコンポート ごまみそ和え いわしの梅煮  黒米ごはん なら玉汁   幼稚園	1月24日～ 学校給食週間です 		

給食のはじまり

明治22年、山形県鶴岡市の忠愛小学校で、貧困児童を対象に無料で出されていた食事が給食のはじまりといわれています。当時の献立は、おにぎり・焼き魚・漬け物などでした。

25日からは、給食がはじまった当時の献立や、西郷村オリジナルの郷土料理などを取り入れた給食を実施します。



県内

令和5年1月

献立表

毎月19日は食育の日です！

西郷村学校給食センター

日	曜	給食が お休みの 学校	献立名	かみ かみ	血や肉・骨になる		体の調子を整えるものになる				熱や力のもとになる		調味料	家で 食べて ほしい 食品	栄養価	
					牛乳	ヨーグルト	あか	みどり	きいろ	小学校	中学校					
11	水	幼稚園	ビーフカレーライス オニオンサラダ フルーツヨーグルト	牛乳	牛乳	ヨーグルト	たまねぎ にんにく 黄桃	<b>にんじん</b> しょうが	きゅうり みかん	<b>キャベツ</b> 白桃	麦ごはん <b>じゃがいも</b>	カレールウ こめ油	ソース 赤ワイン チャツネ イタリアンドレッシング	藻類	674	735
12	木	幼稚園	にこにこパン ハンバーグ ハムサラダ 豆乳スープ	牛乳 <small>かみかみグミ(りんご)</small>	牛乳	ロースハム ハンバーグ	<b>キャベツ</b> <b>にんじん</b>	たまねぎ	きゅうり	<b>はくさい</b>	米粉パン こめ油	三温糖 <b>じゃがいも</b> ベシヤメルルウ	ケチャップ ソース 酢 食塩 こしょう	緑黄色野菜	681	783
13	金	幼稚園	黒米ごはん あじフライ・ソース じゅうねん和え 七草汁	牛乳 ブチたい焼き	牛乳	鶏もも肉 あじフライ	<b>キャベツ</b> <b>だいこん</b> みずな	ほうれんそう かぶ	もやし こまつな	<b>にんじん</b> <b>ねぎ</b>	黒米ごはん きび砂糖 たい焼き	こめ油 さといも えごま	ソース しょうゆ 酒 食塩	豆類	688	779
16	月	幼稚園	雑穀ごはん 豚肉のしょうが焼き ひじきの煮物 凍み豆腐のみそ汁	牛乳 ブルー	牛乳	豚ロース肉 ひじき 凍み豆腐	<b>にんじん</b> こまつな	いんげん <b>ねぎ</b>	れんこん ブルー	しらたき	雑穀ごはん 三温糖 白いりごま	こめ油 <b>じゃがいも</b>	しょうゆ 酒 みそ	果実類	607	701
17	火	幼稚園	黒米ごはん さばの塩焼き 磯部和え 白菜のみそ汁	牛乳 にこにこまめ	牛乳	さば塩焼き 生揚げ のり	ほうれんそう はくさい	キャベツ ねぎ	もやし にんじん	黒米ごはん こめ油	しょうゆ みそ	しょうゆ みそ	種実類	630	736	
18	水	幼稚園	わかめごはん 鶏肉のから揚げ 海藻サラダ 豚汁	牛乳 <small>かみかみグミ(ぶどう)</small>	牛乳	鶏もも肉 豚もも肉 絹ごし豆腐 海藻	きゅうり ごぼう	<b>キャベツ</b> <b>ねぎ</b>	<b>にんじん</b> こんにゃく	<b>だいこん</b>	わかめごはん こめ油 きび砂糖	片栗粉 ごま油 さといも	しょうゆ 酒 みりん 酢 みそ	緑黄色野菜	702	797
19	木	幼稚園	タンメン れんこん入り肉団子 ジャーマンポテト	牛乳 カフェオレ まめ小魚	牛乳	いか 肉団子 ベーコン	<b>キャベツ</b> たけのこ	もやし たまねぎ	<b>にんじん</b> えだまめ	ねぎ	中華めん じゃがいも バター	こめ油 白いりごま	中華スープの素 こしょう 食塩	豆類	661	823
20	金	幼稚園	麦ごはん 納豆 厚焼きたまご こま酢和え 筑前煮	牛乳 オレンジゼリー	牛乳	厚焼きたまご 納豆 鶏むね肉	もやし ごぼう しいたけ	<b>にんじん</b> れんこん こんにゃく	とうもろこし いんげん たけのこ	こまつな たけのこ	麦ごはん ごま油 オレンジゼリー	三温糖 さといも	酢 しょうゆ みりん 酒	藻類	607	693
23	月	幼稚園	ピピンパ ワントンスープ	牛乳 アーモンドカル	牛乳	豚もも肉 錦糸たまご 鶏もも肉 アーモンドカル	もやし しいたけ	こまつな チンゲンサイ	<b>にんじん</b> <b>はくさい</b>	<b>はくさい</b>	麦ごはん 三温糖 ワンタン	ごま油 白いりごま きび砂糖	しょうゆ 鶏ガラスープ 食塩 鶏豚湯 こしょう	果実類	666	811
24	火	幼稚園	麦ごはん 鮭の塩焼き おひたし 冬野菜のみそ汁	牛乳 にこにこまめ	牛乳	鮭 大豆 油揚げ	<b>はくさい</b> <b>だいこん</b>	もやし こまつな	ほうれんそう <b>ねぎ</b>	<b>にんじん</b>	麦ごはん ごま油	さといも	しょうゆ みそ みりん	種実類	610	702
25	水	幼稚園	牛丼 ほうれん草のごまサラ えびボールスープ	牛乳 ジョア	牛乳	牛もも肉 ツナ えびボール ジョア	たまねぎ きゅうり <b>ねぎ</b>	糸こんにゃく ほうれんそう <b>はくさい</b>	しらたき キャベツ チンゲンサイ	<b>にんじん</b>	麦ごはん 白いりごま	三温糖 マヨネーズ	しょうゆ みりん こしょう 鶏豚湯 食塩	いも類	622	726
26	木	幼稚園	きなこ揚げパン ウインナー ブロッコリーサラダ マカロニスープ	牛乳 <small>いもけんぴ(りんご)</small>	牛乳	きなこ ウインナー ベーコン	ブロッコリー ほうれんそう	<b>キャベツ</b> たまねぎ	とうもろこし パセリ	きゅうり <b>にんじん</b>	きなこ揚げパン こめ油	三温糖 マカロニ	イタリアンドレッシング チキンブイヨン 食塩 こしょう	果実類	706	829
27	金	幼稚園	雑穀ごはん ソースカツ いかにんじん こづゆ	牛乳 いちごのジュレ	牛乳	ヒレカツ いか ほたて貝柱	<b>にんじん</b> きくらげ	<b>だいこん</b> きぬさや	しらたき しいたけ	しいたけ	雑穀ごはん さといも いちごのジュレ	こめ油 白玉麩	ケチャップ 白ワイン ソース りんごジュース チャツネ 酒 しょうゆ 食塩	緑黄色野菜	632	749
30	月	幼稚園	しそひじきごはん ごぼうナッツ たくわん和え 厚揚げのみそ汁	牛乳 ミルク(ココア)	牛乳	生揚げ ひじき	ごぼう きゅうり	にんじん いんげん	<b>キャベツ</b> たくわん	<b>だいこん</b> <b>ねぎ</b>	しそひじきごはん こめ油 三温糖 ミルク 白いりごま	小麦粉 アーモンド ミルメーク <b>じゃがいも</b>	しょうゆ みりん 食塩 みそ	動物性たんぱく質	649	793
31	火	幼稚園	黒米ごはん いわしの梅煮 ごまみそ和え にら玉汁	牛乳 いちごカフェオレ りんごのコンポート	牛乳	いわしの梅煮 絹ごし豆腐 たまご	<b>キャベツ</b> たまねぎ	もやし <b>だいこん</b>	<b>にんじん</b> しいたけ にら	いんげん	黒米ごはん 白すりごま 白すりごま きび砂糖	白いりごま 片栗粉	みそ しょうゆ 食塩	藻類	654	721

※村では、給食の放射性物質検査を実施し、安全を確認した後、給食を提供しています。  
 ※精白米は、西郷産のものを使用しております。また**太字**で表記してある食材は地場産のものです。  
 ※都合により、献立や食材が変更になることがありますのでご了承ください。