



# 1月こんだて写真



令和2年(2020)1月発行  
出雲市立平田学校給食センター

月	火	水	木	金
<b>今月の給食目標</b> あけましておめでとうございます。 新しい年が始まりました。今年もバランスのよい食事を心がけて健康に過ごしましょう。 今月の給食の目標は「給食について知ろう」です。 給食の歴史や給食に関わっている人々のことを知しましょう。	<b>給食について知ろう</b> 		9  ごはん 牛乳 とり肉の香味焼き 切り干し大根のごますあえ はくさいのみそ汁	10  ごはん 牛乳 あじのソースフライ ごぼうサラダ 春雨と肉だんごのスープ
13 	14  ごはん 牛乳 豆腐ハンバーグ きのごソース 大根のきんぴら ぶた汁	15  ほうれんそうの クリームスパゲッティ 小型のレーズンパン (幼なし) 牛乳 さわらのカレー揚げ レモンドレッシングサラダ	16  ごはん 牛乳 とり肉の甘辛焼き★ 三色あえ キムチスープ★	17  ごはん 牛乳 さばのかば焼き風 こまつなのおひたし かきたま汁

## 学校給食週間

ブラジル料理

20【昔の給食献立】  パン チョコクリーム 牛乳 白身魚のフライ フレンチサラダ クリームシチュー	21【郷土料理献立】  ごはん 牛乳 ぶた肉の生姜焼き のやきのおろしあえ のりふで	22【地元食材献立】  たまごうどん おむすび(幼なし) 牛乳 さわらのいそ辺揚げ アーモンドあえ	23【おいしい出雲の一日献立】  出雲のふるさとカレー 牛乳 ハムステーキ ごまじゃこサラダ	24【異文化交流献立】  アホイス(ごはん) レ-che(牛乳) フランゴ パッサリーニ (とり肉のから揚げ) サラダ ディ アウファセイ イ アトゥン (レタスとツナのサラダ) フェジョアーダ (豆の煮もの)
27  パン きなこクリーム 牛乳 照り焼きハンバーグ グリーンサラダ キャロットスープ	28  ごはん 牛乳 さばの照り焼き ポテトサラダ 冬野菜のみそ汁	29【西田小学校希望献立】  スパゲッティミートソース 小型の黒糖パン(幼なし) 牛乳 とり肉のハーブ焼き りっちゃんの元気サラダ 小つぶ大福	30  ごはん 牛乳 ぶた肉のあますあんかけ 切り干し大根の炒め煮 けんちん汁	31  ごはん 牛乳 きびなごのから揚げ のりすあえ おでん

### 学校給食 週間

出雲市では、1月20日(月)から1月24日(金)までを学校給食週間としています。食の大切さや学校給食に理解を深めることを目的に、期間中は地元食材を積極的に取り入れた献立や昔の給食献立などを提供します。

※都合により献立を変更することがあります。(★は新メニューです。)

### 今月の地元食材

米、牛乳、たまご、とうふ、油揚げ、さわら、焼きとうふ、青ねぎ、白ねぎ、神在ねぎ、白かぶ、ブロッコリー、生しいたけ、西浜いも、十六島のり

