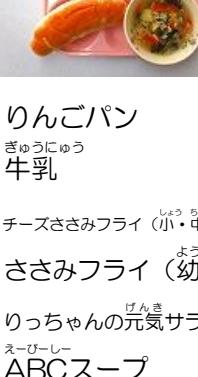




# 令和8年1月給食写真

出雲市立出雲学校給食センター

大好き☆出雲!

月	火	水	木	金
こんげつ きゅうしょくもくひょう 「今月の給食目標」				9
		<b>給食記念日</b> むかしの給食 		
<b>給食について知ろう</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。 今月の給食目標は『給食について知ろう』です。給食の歴史や、 に関わっている人々のことを考えるきっかけになればと思います。				
13 【あけましておめでとう献立】	14	15	16 【二中希望献立】	
 <p>七草の種類 せり なすな ごよう すずしろ はこべら ほとけのざ すずな 七草ガム</p>	<p>ななくさ <b>七草うどん</b> せきはん 赤飯おむすび (小・中) ぎゅうにゅう 牛乳 さわらの塩こうじ焼き だいこん 大根のなます</p>	<p>ごはん <b>牛乳</b> とりにく 鶏肉の香味焼き かいそう 海藻サラダ にしま 西浜いものみそ汁</p>	<p>ごはん <b>牛乳</b> コロッケ さんしょく 三色あえ じる かきたま汁</p>	 <p>りんごパン ぎゅうにゅう 牛乳 チーズささみフライ (小・中) よう ささみフライ (幼) りっちゃんの元気サラダ えーひーー ABCスープ</p>
<b>学 校 給 食 週 間</b>				
19 【昔の給食献立】	20 【地場産物献立】	21 【おいしい出雲の一日】	22 【須佐小希望献立】	23 【多文化交流献立】
 <p>ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 くじらの竜田あげ たつた かわりあえ じる すいとん汁</p>	 <p>しお 塩ラーメン おむすび (小・中) ぎゅうにゅう 牛乳 あじの白ねぎソースかけ みずな 水菜と サラノバレタスのサラダ</p>	 <p>にしま 西浜いもと出雲しいたけの ふるさとカレーライス ぎゅうにゅう 牛乳 さけのレモンペッパー焼き ブロッコリーのサラダ</p>	 <p>うめ かりかり梅ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ぶたにく 豚肉のしょうが焼き なっとう 納豆サラダ じる けんちん汁 こめ お米のみかんクレープ</p>	 <p>パオン コン ケイジョ (チーズパン) ギュウにゅう レーイチ (牛乳) フランゴ パッサリーニョ (ブラジル風からあげ) サラダ テ アウファセイ (レタスのサラダ) ドブラジーニヤ まめい (豆入りトマトスープ)</p>



# 令和8年1月給食写真

出雲市立出雲学校給食センター

大好き☆出雲!

月	火	水	木	金
26 さんじゆうりゅうこんだて 【三市交流献立 出雲の日】	27	28	29 いすもしょくうつうこんだて 【出雲市共通献立】	30
 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳  いわしの香味フライ こうみ  ごまあえ  のりふで	 ミートソーススパゲッティ おむすび (小・中) ぎゅうにゅう 牛乳  ホキのバジル焼き ホ グリーンサラダ	 さばそぼろごはん ぎゅうにゅう 牛乳 こんさい 根葉サラダ かまぼこのすまし汁 じる	 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ふたにく たつた 豚肉の竜田あげ たいこん すもの 大根の酢の物 とうふ しる 豆腐のみぞ汁	 パン ぎゅうにゅう 牛乳 スパイシーチキン コールスローサラダ にしほ 西浜いものクリームスープ

がっこうりゅうしきうかん  
学校給食週間



学校給食は、栄養バランスのとれた食事によって子どもたちの心身の成長を支え、また生涯にわたって健康で充実した生活を送るために自己管理能力を育てるなどの役割があります。

出雲市では、1月19日(月)から1月23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。食べることの大切さを理解し、食べ物や給食に関わる人々の思いやご苦労に感謝していただきましょう。

さんじゆうりゅうこんだて  
〈三市交流献立〉

12月に引き続き、1月も「三市交流献立」を実施します。今月は、出雲市の郷土料理『のりふで』です。のりふでは、岩のりをたっぷり使った料理で、汁の中ののりをはしでもちあげると、筆の先のようになることが名前の由来となっているようです。



※都合により献立を変更することがあります。