

令和6年 1月 学校給食献立表

八丈町給食センター

日	献立	血や肉になるもの	熱や力のもとになるもの	体の調子を整えるもの	その他調味料	エネルギーたんぱく質脂質食塩相当量		
						小学校	中・高	
10水	牛乳 ハヤシライス 切干大根サラダ オレンジゼリー	★牛乳,豚肉,寒天	精白米,つぶ麦,大豆油,上白糖,ごま油	にんにく,しょうが,玉葱,エリンギ,にんじん,★ダイストマト缶,切干しいこん,キャベツ,★オレンジジュース	赤ワイン,★ハヤシソース,★トマトケチャップ,★ウスターソース,こいくちしょうゆ,パプリカ(粉),穀物酢	663 21.0 17.8 1.8	821 25.2 20.8 2.1	Kcal g g g
11木	お正月メニュー (鏡開き) 牛乳 ご飯 松風焼き 紅白なます 白玉雑煮	★牛乳,鶏肉,★たまご,赤みそ,厚削り,★なると	精白米,上白糖,かたくり粉,★白炒りごま,冷凍白玉団子	玉葱,ねぎ,しょうが,にんじん,だいこん,ゆず果汁,王し雑煮,こまつな	こいくちしょうゆ,穀物酢,食塩,酒	653 28.3 16.0 2.1	808 34.7 18.4 2.4	Kcal g g g
12金	ジョージアメニュー 牛乳 食パン イチゴジャム シュクメルリ風チキン コーンサラダ ロビオのトマトスープ	★牛乳,鶏肉,★調理用牛乳,★粉チーズ,豚肉,大豆,金時豆	食パン,大豆油,薄力粉	いちごジャム,にんにく,キャベツ,コーン缶,にんじん,玉葱,しょうが,★ダイストマト缶,さやいんげん	白ワイン,食塩,黒こしょう,パセリ,穀物酢,白こしょう,バジル,チキンストック	687 27.5 27.9 2.5	853 33.7 33.9 2.9	Kcal g g g
15月	牛乳 塩麻婆豆腐丼 わかめスープ	★牛乳,豚ひき肉,豆腐,豚肉,カットわかめ	精白米,押し麦,大豆油,ラー油,かたくり粉,ごま油	にんにく,しょうが,にんじん,たけのこ,玉葱,王し雑煮,ねぎ,グリーンピース,★もやし	チキンストック,本みりん,食塩,トウバンジャン,黒こしょう,こいくちしょうゆ,酒	612 23.2 15.8 2.4	755 28.1 18.2 2.8	Kcal g g g
16火	牛乳 ゆかりご飯 里芋の煮物 えのき和え	★牛乳,豚肉,厚削り,粉カツオ	精白米,大豆油,つきこんにゃく,さといも,上白糖	にんじん,玉葱,グリーンピース,キャベツ,こまつな,えのきだけ	ゆかりご飯の素,酒,本みりん,こいくちしょうゆ,食塩	586 20.5 12.5 2.0	721 24.6 13.9 2.3	Kcal g g g
17水	大分メニュー 牛乳 けんちゃん (けんちゃんうどん) とり天 みかん	★牛乳,厚削り,真昆布,豚肉,油揚げ,鶏肉	うどん,ひまわり油,上白糖,薄力粉,かたくり粉,大豆油	王し雑煮,にんじん,ごぼう,だいこん,エリンギ,ねぎ,こまつな,しょうが,にんにく,みかん	こいくちしょうゆ,本みりん,食塩,酒	726 26.8 31.5 1.9	903 32.8 38.6 2.2	Kcal g g g
18木	牛乳 ウィンナピラフ キャベツサラダ パンブキンスープ	★牛乳,ウィンナー,鶏肉,★調理用牛乳,★粉チーズ	精白米,大豆油,上白糖,★無塩バター,薄力粉	にんじん,玉葱,コーン缶,エリンギ,青ピーマン,キャベツ,きゅうり,パンブキンペースト,西洋かぼちゃ	食塩,白こしょう,穀物酢,バジル,チキンストック,パセリ	708 22.5 26.5 2.4	880 27.2 32.1 2.8	Kcal g g g
19金	カミカミメニュー 牛乳 もち麦ご飯 ごまみそ高野豆腐 ピリ辛こんにゃく みそ汁	★牛乳,高野豆腐,赤みそ,鶏肉,厚削り,白みそ	精白米,もち麦,かたくり粉,大豆油,★白すりごま,上白糖,つきこんにゃく	にんじん,さやいんげん,玉葱,はくさい	本みりん,こいくちしょうゆ,一味唐辛子	646 20.7 21.7 1.8	799 24.8 25.8 2.1	Kcal g g g
22月	牛乳 きのこ入りカレーライス 野菜サラダ	★牛乳,鶏肉	精白米,押し麦,大豆油,薄力粉,じゃがいも	にんにく,しょうが,にんじん,玉葱,しめじ,まいだけ,エリンギ,キャベツ,こまつな	カレー粉,チキンストック,ベイリーフパウダー,★トマトケチャップ,★ウスターソース,こいくちしょうゆ,オールスパイス,食塩,白こしょう,穀物酢,バジル	665 18.9 21.8 1.6	824 22.5 26 1.8	Kcal g g g
23火	大賀郷小学校リクエストメニュー 牛乳 ジャージャー麺 青のり豆ポテト りんご蒸しパン 給食週間① 給食のはじまり	★牛乳,豚ひき肉,赤みそ,大豆,あおのり	蒸し中華めん,大豆油,上白糖,ごま油,かたくり粉,じゃがいも,薄力粉	にんにく,しょうが,王し雑煮,にんじん,たけのこ,玉葱,★もやし,きゅうり,★りんご缶	チキンストック,こいくちしょうゆ,酒,トウバンジャン,食塩,白こしょう,ベーキングパウダー	746 25.2 27.6 2.5	929 30.7 33.5 2.9	Kcal g g g
24水	(明治22年頃) 牛乳 ご飯 鮭の塩焼き 青菜の煮びたし みそ汁 給食週間② 戦前・戦時中の給食	★牛乳,しろさけ,厚削り,油揚げ,白みそ,赤みそ	精白米,大豆油,上白糖,じゃがいも	こまつな,キャベツ,にんじん,★もやし	食塩,酒,こいくちしょうゆ	571 28.1 12.7 1.7	702 34.4 14.1 2	Kcal g g g
25木	(大正12年・昭和20年頃) 牛乳 五色ご飯 すいとん かんもチップス 給食週間③ 戦後の給食	★牛乳,鶏肉,ひじき,厚削り,豚肉	精白米,大豆油,さといも,上白糖,薄力粉,かたくり粉,さつまいも	にんじん,さやいんげん,生しいたけ,ごぼう,だいこん,ねぎ	こいくちしょうゆ,食塩,本みりん,酒	638 19.3 17.1 2.2	789 23 19.8 2.6	Kcal g g g
26金	(昭和30年頃) 牛乳 コッペパン くじらのオーロラ煮 ゆでキャベツ 白菜の豆乳スープ 給食週間④ 麺の登場	★牛乳,くじら肉,赤みそ,鶏肉,白いんげんビューレ,★調製豆乳	コッペパン,かたくり粉,大豆油,じゃがいも,上白糖	しょうが,にんにく,キャベツ,にんじん,玉葱,はくさい,さやいんげん	酒,こいくちしょうゆ,★トマトケチャップ,チキンストック,食塩,白こしょう,米粉	668 25.6 29.5 2.1	828 31.2 36 2.4	Kcal g g g
29月	(昭和38年頃) 牛乳 スパゲティミートソース 枝豆サラダ 給食週間⑤ 現在の給食	★牛乳,豚ひき肉,むき枝豆	スパゲティ,ひまわり油,大豆油,薄力粉	にんにく,しょうが,にんじん,玉葱,エリンギ,青ピーマン,★トマト,キャベツ,コーン缶	チキンストック,★トマトケチャップ,★トマトピューレ,食塩,白こしょう,赤ワイン,★ウスターソース,パセリ,穀物酢,バジル	640 25.0 22.7 1.7	791 30.4 27.1 2	Kcal g g g
30火	(令和6年 八丈メニュー) 牛乳 ご飯 魚の唐揚げ(キンメ・メダイ) 明日葉と糸寒天のごま和え みそ汁	★牛乳,キンメダイ,メダイ,厚削り,白みそ,赤みそ	精白米,かたくり粉,大豆油,ごま油,上白糖,★白すりごま	しょうが,キャベツ,にんじん,あしたば,★もやし,糸寒天,玉葱,生しいたけ,さやいんげん	酒,食塩,こいくちしょうゆ	675 23.2 24.7 1.5	837 28.1 29.7 1.7	Kcal g g g
31水	牛乳 ご飯 厚揚げの中華煮 磯和え	★牛乳,豚肉,冷凍厚揚げ,焼き刻みのり	精白米,つぶ麦,大豆油,上白糖,かたくり粉,ごま油	しょうが,にんにく,にんじん,玉葱,王し雑煮,たけのこ,はくさい,グリーンピース,こまつな,キャベツ,★もやし	酒,食塩,こいくちしょうゆ,チキンストック	596 23.5 17.9 1.5	734 28.5 20.9 1.7	Kcal g g g

※ 都合により献立及び食材料を変更する場合があります。ご了承ください。
※ 八丈産の食材には下線 () を引いています。

給食センターのホームページに、毎日の給食の写真をのせています。八丈産の食材や、調理風景などをのせることもあります。QRコードを読み取ってご覧ください。



メニューのご紹介

1月12日 ジョージアメニュー

ジョージアは、アジア、ロシア、中東に隣接した、ヨーロッパ東部の国です。様々な地方の特性を含み、日本人の口に合う料理が多いと言われています。「シュクメルリ」は、鶏肉をニンニク入りのホワイトソースで煮込んだ料理です。「ロビオ」とは広く豆を指す言葉で、ジョージアでは金時豆(キドニービーンズ)がよく使われるそうです。

1月17日 大分メニュー

大分県には、とり飯、とり汁、そしてとり天など、鶏肉を使った郷土料理が多くあります。中でも「とり天」は、衣をたっぷりつけてかさましてできることから庶民でも楽しめる鶏肉料理として人気が高まったそうです。「けんちゃん」は、けんちゃんうどんのことです。根菜を多く使った汁物であるけんちゃん汁は、他の県でもよく食べられていますが、大分ではうどんをいれて食べる人が多いそうです。