



令和8年

1月の予定献立表

*材料、その他の都合により献立を変更することがあります。
*魚や肉にはほねがついていることがありますので、よくかんで気をつけて食べましょう。



南城市学校給食センター
TEL: 948-7145



食品群	体内ではたらく
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をととのえる

あけましておめでとうございます

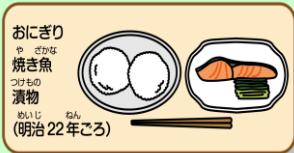
冬休みが終わり、いよいよ3学期が始まりました。今年度も残り3か月です。体調管理に気をつけて過ごしてくださいね。今年もみなさんへ安心・安全でおいしい給食を提供できるよう、給食センター一同頑張っていきますのでよろしくお願いします。



1/24~1/30は「全国学校給食週間」です

学校給食は、明治22年(今から約136年前)に山形県の忠愛小学校で、貧しい子どもたちのために始まり、大正時代には全国へ広がっていきました。戦争により一時中断されましたが、戦後、外国からの支援を受けて再開されたことを記念し、1/24~1/30の1週間は「全国学校給食週間」と定められました。学校給食週間は、学校給食の始まりやその歴史、給食に関わる人たちの苦勞、食べ物の大切さなどを知り、食生活を見直す1週間です。感謝の気持ちを持って給食を頂きましょう。

昔の学校給食(明治・大正時代) ※1/29(木)は再現した給食を提供します。



今月の欠食予定

20日(火)佐敷中3年

★リクエスト給食★

★マークがついているメニューは、卒業をひかえた中学3年生からのリクエストメニューとなっています♪

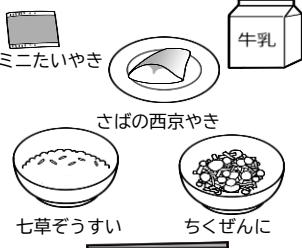


沖縄県産の食材

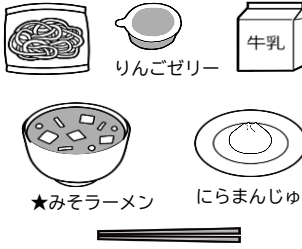
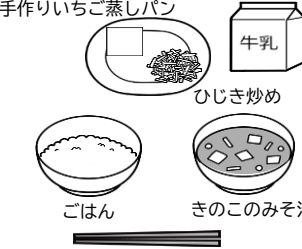
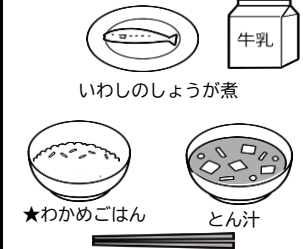
からしな ほうれん草
こまつな にら なす
きゅうり キャベツ
べにいも えのき
しめじ シークワーサー
こくとう ぎゅうにゅう


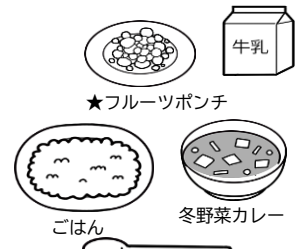

南城市産の食材

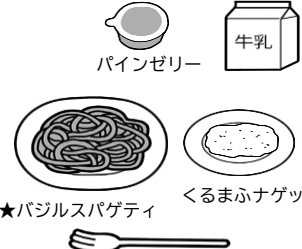
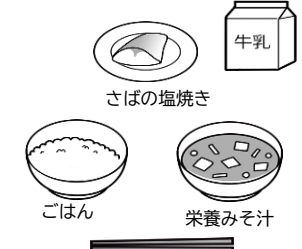

もずく バジル
いちご



<div>7(水)七草がゆの日</div> <div><p>ミニたいやき</p><p>さばの西京やき</p><p>七草ぞうすい</p><p>ちくぜんに</p><p>牛乳</p></div>	<div>8(木)</div> <div><p>★そぼろ丼</p><p>ごはん</p><p>はくさいスープ</p><p>牛乳</p></div>	<div>9(金)1/11鏡開きによせて</div> <div><p>千切りイリチー</p><p>ごはん</p><p>おそずに</p><p>※もちをよくかんで食べてね!</p><p>牛乳</p></div>
ぎゅうにゅう ゆう さば とりにく 甘口白みそ	ぎゅうにゅう ゆう ぶたにく とりにく だいず たまご	ぎゅうにゅう ゆう なたと チキアギ ぶたにく とりにく こんにゃく
こめ ごま油 さとう ミニたいやき	こめ さとう あぶら	こめ もち さとう あぶら
ごぼう しょうが だいこん葉 だいこん にんじん れんこん しいたけ こまつな いんげん あお豆 こんにやく	こまつな にんじん はくさい しいたけ いんげん しょうが	こまつな だいこん にんじん ねぎ しいたけ 千切り大根 こんにやく こんぶ

<div>14(水)</div> <div><p>りんごゼリー</p><p>★みそラーメン</p><p>にらまんじゅう</p><p>牛乳</p></div>	<div>15(木)いちごの日</div> <div><p>手作りいちご蒸しパン</p><p>ひじき炒め</p><p>ごはん</p><p>きのこのみそ汁</p><p>牛乳</p></div>	<div>16(金) 1/17防災とボランティアの日によせて</div> <div><p>いわしのしょうが煮</p><p>★わかめごはん</p><p>とん汁</p><p>牛乳</p></div>
ぎゅうにゅう ゆう なたと ぶたにく 赤みそ 白みそ わかめ	ぎゅうにゅう ゆう だいず 油揚げ とうにゅう ひじき ぶたにく とり肉 赤みそ 白みそ	ぎゅうにゅう ゆう とうふ ぶたにく 白みそ いわしのしょうが煮 わかめ
ラーメン ごま油 いりごま にらまんじゅう りんごゼリー	こめ さとう こむぎこ あぶら	こめ さいとも
キャベツ しょうが コーン にんじん ながねぎ もやし にんにく	こんにやく キャベツ だいこん にら にんじん ねぎ えのき しめじ しいたけ いちご	ごぼう こまつな だいこん にんじん しいたけ

<div>21(水)</div> <div><p>★ヤンニョムチキン</p><p>ごはん</p><p>春雨スープ</p><p>牛乳</p></div>	<div>22(木)カレーの日</div> <div><p>★フルーツポンチ</p><p>ごはん</p><p>冬野菜カレー</p><p>牛乳</p></div>	<div>23(金)1/26初ムーチーによせて</div> <div><p>★べにいももち</p><p>ごはん</p><p>五目煮</p><p>牛乳</p></div>
ぎゅうにゅう ゆう デリカハム とりにく	ぎゅうにゅう ゆう とうにゅう とりにく	ぎゅうにゅう ゆう とりにく だいず きなこと
こめ でん粉 水あめ さとう はるさめ いりごま あぶら	こめ じゃがいも こむぎこ あぶら 乳不使用マーガリン	こめ タピオカ粉 さとう べにいも
こまつな しょうが にんじん しいたけ にんにく	だいこん たまねぎ にんじん ほうれんそう にんにく みかん パイン もも フルーツカクテル ナタデココ シークワーサー果汁	こんにやく だいこん にんじん レモン果汁 しいたけ いんげん

<div>28(水)給食週間 地産地消</div> <div><p>パインゼリー</p><p>★バジルスパゲティ</p><p>くるまふナゲット</p><p>牛乳</p></div>	<div>29(木)給食週間 明治大正時代の給食</div> <div><p>さばの塩焼き</p><p>ごはん</p><p>栄養みそ汁</p><p>牛乳</p></div>	<div>30(金)給食週間 琉球料理</div> <div><p>★手作りちんすこう</p><p>タマナーチャンプルー</p><p>ごはん</p><p>ゆし豆腐汁</p><p>牛乳</p></div>
ぎゅうにゅう ゆう とりにく 無塩せきベーコン	ぎゅうにゅう ゆう 油揚げ さば 赤みそ 白みそ	ぎゅうにゅう ゆう ゆし豆腐 わかめ ぶたにく 無添加ポークランチョンミート
オリーブ油 スパゲティ くるまふナゲット あぶら パインゼリー	こめ じゃがいも	こめ ごま油 さとう アーモンド こむぎこ あぶら ラード
たまねぎ にんじん バジル しめじ マッシュルーム にんにく	こまつな だいこん にんじん ながねぎ	からしな キャベツ にんじん ねぎ にんにく

南城市の姉妹都市について知ろう!

宮崎県高千穂町(たかちほちょう)
人口 約11,000人
郷土料理 煮しめ、チキン南蛮
戦時中に旧佐敷村の学童が集団疎開したことをきっかけに姉妹都市になりました。

三重県玉城町(たまきちょう)
人口 約15,000人
郷土料理 ぼん汁、白和え
旧玉城村と同じ「玉城」という漢字を使うことから姉妹都市になりました。

※食物アレルギーのある児童生徒は、給食を食べる前に別紙の「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。家庭・学校内においても毎日確認してください。