



日	曜	こんだてめい	おもなざいりょう			栄養価 (1人分 - kcal) (9ヶ月児 g)		
			血や肉や骨になる食品	体の調子を整える食品	熱や力になる食品	小学部	中学部	高等部
7	木	米粉パン 牛乳 クリーム煮 野菜とツナのサラダ アルバリーヨーグルト	牛乳 海藻ミックス ツナ えび かまぼこ 若鶏むね肉	グリーンピース 水菜 だいこん たまねぎ ホールコーン にんじん マッシュルーム	パン じゃがいも 上白糖 ごま油 サラダ油 クリームポタージュ ホワイトルウ	672 29.5	801 34.7	820 35.9
8	金	【お正月料理】七福雑炊 牛乳 ぶりの照り焼き なます ブチたい焼き	牛乳 あぶらあげ 糸がつお ぶり かまぼこ 若鶏むね肉	だいこん たまねぎ にんじん 金時人参 ねぎ ほうれんそう ゆず	あさひ米 でんぶん 上白糖 ごま サラダ油 ミニたい焼き	561 29.2	637 33.8	663 35.1
12	火	玄米入りごはん 牛乳 おでん 青菜としめじの和え物 のり佃煮	牛乳 厚揚げ のり佃煮 糸かまぼこ ちくわ ぶた肉もも角 うずら卵	こまつな だいこん にんじん ぶなしめじ	あさひ米 玄米 こんにやく さといも 上白糖 三温糖 ごま	593 24.9	671 28.2	692 29.5
13	水	ごはん 牛乳 豆腐の押し煮 ひじき入り中華サラダ みかん	牛乳 とうふ ひじき ぶた肉ミンチ ロースハム	キャベツ しょうが たけのこ たまねぎ チンゲン菜 ホールコーン にんじん にんにく みかん 干しいたけ	あさひ米 強化米 でんぶん 上白糖 ごま油 サラダ油	632 25.4	720 28.9	738 30.3
14	木	【鏡開き】ポテトサラダ(水菜入り) 牛乳 葉せんざい 小袋入り小魚(加-味)	牛乳 小魚(小袋) さけ角切 ロースハム	水菜 にんじん	パン 白玉もち じゃがいも 上白糖 あずき くり マヨネーズ	678 25.8	819 30.3	843 31
15	金	ごはん 牛乳 さんまのゆずみそ煮 れんこんのから揚げ のっぺい汁	牛乳 あぶらあげ さんま 若鶏むね肉	ごぼう にんじん ねぎ れんこん	あさひ米 強化米 岡山県産米粉 こんにやく さといも でんぶん ごま油 菜種油	700 25.9	783 28.3	798 29
18	月	【大】みそラーメン 牛乳 ミニきなこ揚げパン りんご	牛乳 きな粉 ぶた肉もも みそ	キャベツ しょうが しなちく たまねぎ にんじん にんにく ねぎ もやし りんご	パン 中華めん グラニュー糖 ごま油 菜種油 サラダ油	689 26.3	794 30	809 31
19	火	ごはん 牛乳 ポークチャップ さつまいものみそ汁 みかん	牛乳 あぶらあげ 塩わかめ ぶた肉もも角 みそ	しょうが たまねぎ にんじん にんにく ねぎ はくさい みかん	あさひ米 強化米 菜種油 かつお でんぶん 上白糖 かつお 矢掛佐藤さんのさつまいも	687 28	791 32.1	842 34.2
20	水	【大】カレーライス 牛乳 海藻サラダ 白桃ゼリー	牛乳 海藻ミックス しらす干し 牛肉スライス 粉チーズ	グリーンピース きゅうり しょうが たまねぎ にんじん にんにく もやし	あさひ米 強化米 じゃがいも 上白糖 ごま油 ゼリー サラダ油 カレールウ	648 20.9	722 23.3	759 24.5
21	木	米粉パン 牛乳【大】豚かのジュレソースかけ 野菜とマカロニのスープ いよかん	牛乳 ベーコン 豚カツ	キャベツ たまねぎ にんじん ねぎ 赤ピーマン 黄ピーマン ブロッコリー いよかん レモン汁	パン マカロニ じゃがいも 菜種油	633 25	765 29.8	773 30.1
22	金	【大】焼きそば 牛乳 わかめおにぎり つみれ汁	牛乳 あぶらあげ 青のり 炊き込わかめ あじボール 糸がつお ぶた肉もも	キャベツ ごぼう しょうが だいこん にんじん ねぎ もやし	あさひ米 強化米 中華めん こんにやく さといも ごま油 サラダ油	599 27.9	691 32.2	
25	月	しっぽくうどん 牛乳 白菜の甘酢和え(ゆず風味) 水ようかん	牛乳 寒天 しらす干し かまぼこ ぶた肉もも	だいこん にんじん ねぎ はくさい ゆず	うどん さといも 上白糖 三温糖 こしあん ごま サラダ油	614 26.3	731 30.8	753 32.1
26	火	たこめし 牛乳 宝島寺漬 呉汁 磯の松風ケーキ	大豆 あぶらあげ しらす干し たこ 調理用牛乳 みそ	えだまめ ごぼう だいこん 花切りだいこん にんじん ねぎ れんこん ゆず 生しいたけ	あさひ米 強化米 米粉製菓用ミックス粉 こんにやく さつまいも さといも 上白糖 ごま	700 27.9	812 32.1	868 34.2
27	水	【防災給食】セルフおにぎり 牛乳 丸干し 豚汁 パナナ	牛乳 あぶらあげ 手巻きのり 丸干しいわし さわら ぶた肉もも みそ	ごぼう しそ だいこん にんじん ねぎ パナナ	あさひ米 強化米 こんにやく さといも	592 26.3	645 28.2	672 29.2
28	木	米粉パン 牛乳(ココア味) ポークビーンズ 水菜サラダ(アボカド入り) いちじくジャム	牛乳(ココア味) だいち ぶた肉もも ベーコン	キャベツ 水菜 だいこん たまねぎ トマト にんじん 黄ピーマン レモン汁	パン じゃがいも 上白糖 アーモンド いちじくジャム サラダ油	700 27.3	834 32.5	855 33.6
29	金	ごはん 牛乳 豆腐チゲ 切り干し大根のナムル 韓国のり	牛乳 とうふ 韓国のり 牛肉スライス みそ	きゅうり 切干しだいこん なら にんじん にんにく 白ねぎ はくさい キムチ もやし	あさひ米 強化米 上白糖 ごま ごま油	592 24.9	678 28.4	694 29.7

◎都合により献立内容を変更することがあります。
※ 太字の野菜は、「まび生産組合」さんから届く予定です。

※【大】1月の大好きメニュー



知・小学部 1, 2年生の大好きメニュー

「みそラーメン」と「豚カツのジュレソースかけ」

知・中学部 1年生の大好きメニュー

「カレーライス」と「やきそば」

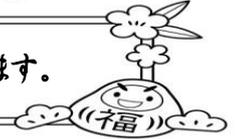
を応えてくれました。



くらしき しえんがっこう きゅうしょくしゅうかん
倉敷まきび支援学校の給食週間
令和3年1月25日(月)～1月29日(金)



あけましておめでとございます。



	献立名	献立の意図
25日(月)	しっぽくうどん 牛乳 白菜の甘酢和え(ゆず風味) 水ようかん	香川の郷土料理「しっぽくうどん」と福井の名物「水ようかん」とやぶいりなど昔からの冬の暮らしを知る。
26日(火)	たこめし 牛乳 宝島寺漬 呉汁 磯の松風ケーキ	第11回学校給食甲子園出場メニューである岡山県下津井の「たこめし」や「宝島寺漬」など郷土料理を知る。
27日(水)	【防災給食】 セルフおにぎり 牛乳 丸干し 豚汁 パナナ	避難訓練に合わせて、避難所での食事を想定した給食を食べることで防災意識を高める。
28日(木)	米粉パン 牛乳(ココア味) ポークビーンズ 水菜サラダ いちじくジャム	アメリカ開拓時代からの家庭料理を味わい、他の国の食文化に興味を持つことができる。
29日(金)	ごはん 牛乳 豆腐チゲ 切り干し大根のナムル 韓国のり	韓国の冬の食べ物を知ることで、他の国の暮らしから食文化に興味を持つことができる。

<上手な飲み方>

- ① バックにストローをさして、一口飲む
- ② ストローを抜いて、液体飲料を入れる。
- ③ ストローの穴を指でふさぎ軽く振る。
- ④ 再びストローをさして、ゆっくり飲む。



※給食室で用意しているコップには、数に限りがあります。牛乳バックのまま上手に飲みましょう。

高等部生徒会は、昨年度より牛乳に入れる味付け飲料を希望していました。本校では、部門学部ごとに児童生徒の状況が異なるので生徒自ら各部門学部の意見を聞き、了解を得て、小学部児童でも飲めるようにココアを業者さんに手配してもらいました。(粉末は種類が豊富ですが、液体は扱いが少なくココア味は経売になっていましたが、取り寄せてもらい実現しました。)

<もうひとつ希望を叶えています>

18日(月)ミニ揚げパン
かねてより揚げパンの希望を聞いていましたが、大きいパンを揚げパンにすると、嫌いな人はその日の主食がなくなってしまいます。そこで、職業コースフード班の協力によりミニのパンを焼いてもらいみそラーメンの日に「きなこ揚げパン」が登場します。お楽しみに！

今年は、withコロナで、例年のように給食集会などはできませんが、給食カルタを書いたり、給食がでるまでのビデオ(2学期に食べた中華そばを撮影しました。煮豚から作る本格豚骨ラーメン)を見たり、できることで毎日の給食について理解を深めたいと思います。おうちでも「今日の給食どうだった?」の声かけや思い出を子どもたちに聞かせてあげてください。給食の写真は毎日、ブログとFacebookで配信しています。

