



こんだてひょう

令和6年 1 月

鯖江市片上小学校

月	火	水	木	金		
8	9	10	11	12		
	始業式 	七草ごはん あつやきたまご こうはくなます 白玉ぞうに たんば黒豆	コッペパン てりやきチキン チョレギサラダ ミネストローネスープ キャラメルパテ	ごはん 大根とぶた肉のみそ煮 ツナサラダ きんかん 味こんぶ		
		【七草献立】				
		エ 618 炭 96 タ 22.7 脂 16.9 塩 3.1	エ 576 炭 78 タ 23.8 脂 21.6 塩 3.5	エ 607 炭 94 タ 26.4 脂 16.7 塩 2.0		
15	16	17	18	19		
しうん米ごはん さばのみぞれ煮 小松菜のおひたし まなベ汁 ジョア(マスカット味)	ごはん ぶた肉とくきわかめのきんぴら さつま汁 りんご	ごはん 冬のポークカレー 大根サラダ ヨーグルト	米粉入りパン にこみハンバーグ ゆで野菜 ほうれん草のポタージュスープ	ごはん けんエビと大豆のあげ煮 小松菜のごぶづけあえ 越前カンタケのみそ汁		
【ふるさと鯖江の日・鯖江和膳】	【う米デー】			【歯っぴー献立】		
エ 703 炭 89 タ 27.0 脂 28.5 塩 3.0	エ 635 炭 96 タ 25.9 脂 19.3 塩 1.9	エ 645 炭 108 タ 25.0 脂 16.1 塩 1.9	エ 672 炭 90 タ 27.6 脂 25.6 塩 3.1	エ 611 炭 94 タ 24.4 脂 18.2 塩 2.6		
22	23	24	25	26		
大豆ひじきごはん さばのしおやき ほうれん草のごまあえ かきたまみそ汁 ミニトマト	ごはん うすあげの肉そぼろ 関西風おでん みかん ジョア(プレーン味)	ごはん からあげガーリック味 里いものころ煮 かす汁 水ようかん	減量黒糖パン セレクトちゅうかまん (肉まんorももまん) ブロッコリーチーズサラダ ちゅうかスープ	ごはん 赤カレイのからあげ とりと根菜のなます煮 ゆでブロッコリー		
【アイアン献立】				【天神講献立】		
エ 633 炭 78 タ 27.7 脂 24.7 塩 3.2	エ 720 炭 92 タ 34.0 脂 26.8 塩 3.2	エ 775 炭 115 タ 33.3 脂 21.7 塩 2.9	エ 547 炭 82 タ 22.9 脂 17.1 塩 2.9	エ 577 炭 88 タ 28.4 脂 14.5 塩 1.5		
29	30	31	1月の給食のめあて: 日本の食文化について知ろう  1月 1日 正月 お節料理 2月 3日 節分 3月 3日 ひなまつり(桃の節句) 5月 5日 子どもの日(端午の節句) 7月 7日 七夕 9月 お月見(中秋の名月) 12月22日頃 冬至 12月31日 おおみそか 			
丸麦ごはん あんかけとうふハンバーグ こしね汁	ごはん ホタテ風味フライ りんごサラダ せんべい汁	ごはん ぶり大こん 白菜とかぶの煮びたし ココアババロア				
【給食で全国めぐり・群馬県】	【給食で全国めぐり・青森県、う米デー】					
エ 599 炭 88 タ 24.7 脂 19.1 塩 2.5	エ 580 炭 95 タ 20.7 脂 15.2 塩 2.1	エ 621 炭 96 タ 24.9 脂 18.1 塩 2.0				