

◇学校別内訳◇			
上田小	991	豊見城中	1,014
長嶺小	564	長嶺中	624
座安小	513	伊良波中	580
豊見城小	706	豊崎中	405
伊良波小	515	給食センター	59
とよみ小	704	とよみ教室	9
豊崎小	742	★合計	8,178
ゆたか小	752		

学 校	学 校	E エネルギー	P たんぱく質	F 脂 肪
給食の 栄 養 基準量 (7訂)	小学校	650kcal	21.1～32.5g	14.4～21.7g
	中学校	830kcal	27.0～41.5g	18.4～27.7g

令和 8 年 豊見城市立学校給食センター（☎850-4585）

1月の予定献立表



※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「食品詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。家庭・学校においても毎日確認して下さい。
※魚、肉類(鶏・牛・豚)には、骨がある可能性がありますので、よくかんで気をつけて食べましょう。



1月給食だより

★全国各地で食べられている特徴的なお雑煮を集めてみました。それぞれ説明を読んで、地図の都道府県と結んでみましょう。

2026年 令和8年

1月24日～30日は、全国学校給食週間です！

全国学校給食週間をとおして、学校給食の意義や役割などを多くの人に知ってもらい、学校給食についてあらためて考える機会にしたいと思います。

→→→ 学校給食の献立の移りかわり →→→

明治22年

昭和22年

昭和25年

昭和40年

昭和52年

おにぎり・塩さけ・菜の漬物 ミルク(脱脂粉乳)・トマトシチュー コッペパン・ミルク(脱脂粉乳)・ポタージュスープ・コロッケ・せんきゃべツ・マーガリン ソフトめんのカレーあんかけ・牛乳・甘酢あん・果物(黄桃)・チーヅ カレーライス・牛乳・塩もみ・果物(バナナ)・スープ

※献立の内容は、独立行政法人日本スポーツ振興センターの献立レプリカを参考としています。

全国学校給食週間の取り組みとして、豊見城市学校給食センターでは市内の中学生が、家庭科の課題で作成した献立を学校給食に取り入れ紹介します。(1月26日～30日)

単 元 名 バランスの良い献立作り

学習の目標 ・バランスの良い献立作成に必要な手順や要素について理解できる。
・中学生に必要な食品の種類と概量を踏まえ、工夫して1日分の献立を作成できる。

★下記の生徒のみさんの献立を取り入れさせていただきました。ありがとうございました。
※給食センターで対応できるように食材等を変更させていただきます。

27日(火) 伊良波中1年 小玉 莉愛奈さん

29日(木) 伊良波中1年 荒巻 美音さん

28日(水) 豊見城中2年 新里 悠太さん

30日(金) 豊見城中2年 永井 竜太さん

こんだて	イナムドゥチ なかみ汁 沖縄ではお祝いに「イナムドゥチ」や「中身汁」がお祝い料理としてよく食べられるよ!	祝! 2026年 お祝いデザート 牛乳 紅白なます 桜ちらし寿司 お雑煮	七草の日 黒糖蒸しケーキ 牛乳 さつま芋フライ ナージュシー(菜雑炊) かぼちゃのうま煮	お酢は最古の調味料! バンサンスー 牛乳 野菜はるまき ごはん 中華つくねスープ	トマトの栄養 杏仁フルーツポンチ 牛乳 トマトチキンカレー ごはん
	☆成人の日★ リクエスト給食 12月に引き続き、今月もリクエストの多かった料理を取り入れています。このマークがついている料理がリクエストが多かった料理です。	鏡開き ぜんざい 牛乳 わかめごはん 筑前煮	冬野菜の栄養(旬) 型抜きチーズ 牛乳 チリドッグ はさんで食べる コッペパン 冬野菜のクリーム煮	寒さに負けない食事 ヨーグルトクレープ 牛乳 いわしのみぞれ煮 ごはん キムチーズ肉じゃが	沖縄そば ンムクジアンダギー 牛乳 ちんすこう 野菜そば 沖縄そば(麺) 4つに切り分けて食べてね! 野菜そば(汁)
	どちらが噛む回数が多い!? バナナ 牛乳 カレーきんぴら ごはん ゆし豆腐	発酵食品 スルールの青のり揚げ 牛乳 キムタクご飯(ゆたか小・上田小・長嶺小・とよみ小) 鶏シブイ汁(上記以外の学校)	あさりについて いちごジャム(揚げパン以外の学校) 牛乳 ビーンズサラダ きなこ揚げパン(ゆたか小・上田小・長嶺小・とよみ小) クラムチャウダー コッペパン(上記以外の学校)	第三木曜日は琉球料理の日 味付けもずく 牛乳 マーミナーチャンプルー ごはん イナムドゥチ	豊見城産の野菜 いちごプリン 牛乳 チンゲン菜の中華サラダ トマト マーボー豆腐 ごはん
	宮崎県の郷土料理 タルタルソース 牛乳 きんかん かけて食べてね!! チキン南蛮風 ごはん のっぺい汁	家族のために作る料理 タコライス 牛乳 タコスミート スライスチーズ かけて食べる ごはん アーサ汁	鳴き声以外は食べる!! 桃のタルト 牛乳 豚肉のしょうが焼き ごはん 白菜のスープ	栄養バランス オレンジ(1/4個) 牛乳 チキナーチャンプルー ごはん もずくと玉子のスープ	生姜の力 ねぎ塩豚丼 牛乳 ねぎ塩豚丼(具) ヨーグルト かけて食べる ごはん 生姜入り具たくさんみそ汁

★学校給食は皆さまが納める給食費からつくられます。納付期限は毎月10日となっております★

☆毎月10日までに納めるようにしましょう☆