

令和8年 1月の予定献立表



食品群	体内でのはたらき
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

学校給食の栄養基準量		C=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
	小学校	650	24.4	18.1
中学校		830	31.2	23.1

※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。

家庭・学級においても毎日確認してください。

※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。

※なまり節や魚は骨を取り除いていますが、一部残ってしまう場合があります。注意して食べましょう。

※児童生徒の給食費(小学校5600円、中学校6000円)は市が負担しています。

下地学校給食共同調理場

TEL: 0980-76-2455

FAX: 0980-76-2480



《欠食予定》

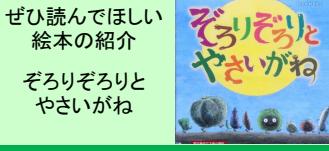
なし



1月24日～30日は

全国学校給食週間です

下地小学校の図書室とコラボして、絵本に出てくる料理や食材をイメージして給食を作りました。
絵本を通して料理に興味を深めたり、読書の楽しさを改めて感じてもらえたうれしいです♪



あけましておめでとうございます

楽しかった冬休みも終わり、新学期が始まりました。2026年はどんな年にするのか、目標をたてたことでしょう。
その目標に向かって頑張るためにも、しっかりと食事をとり、丈夫な体をつくりましょう。
皆さんの健やかな成長を願って、調理場一同、力を合わせて頑張りますので、今年もどうぞよろしくお願ひいたします。



《無償提供品のご案内》

「JAおきなわ宮古地区女性部」様より寄贈

宮古みそ造りは伝統があり、JAの販売所や産業まつり、離島フェアなど各イベントで販売を行っています。
宮古みそは赤褐色で、豚肉料理や魚汁にとてもよく合います。

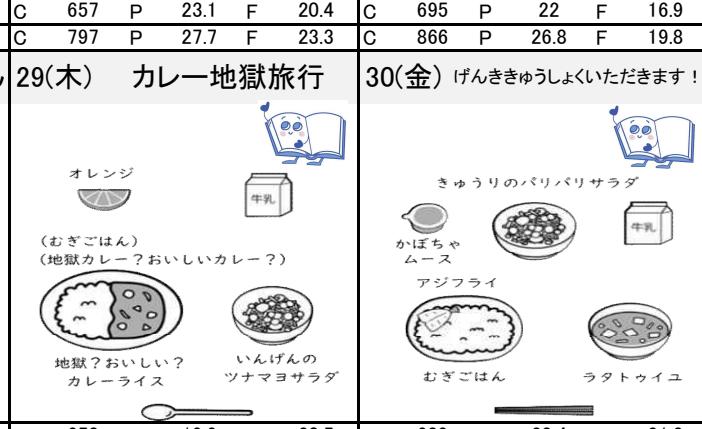
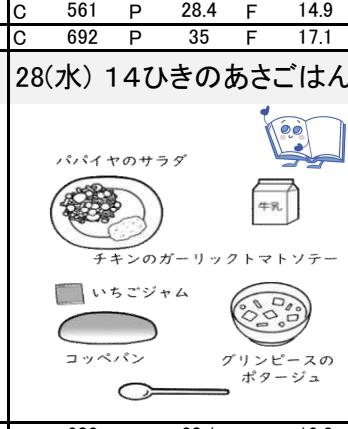
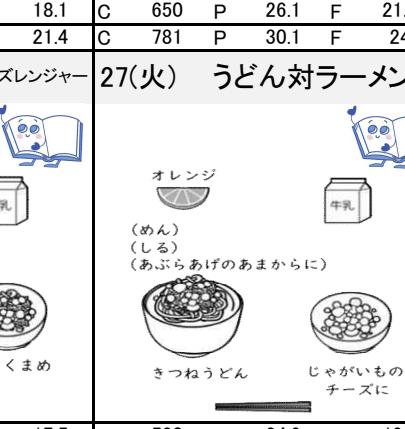
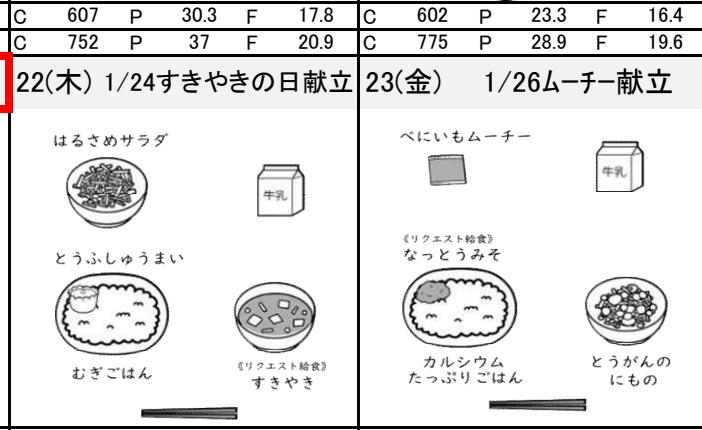
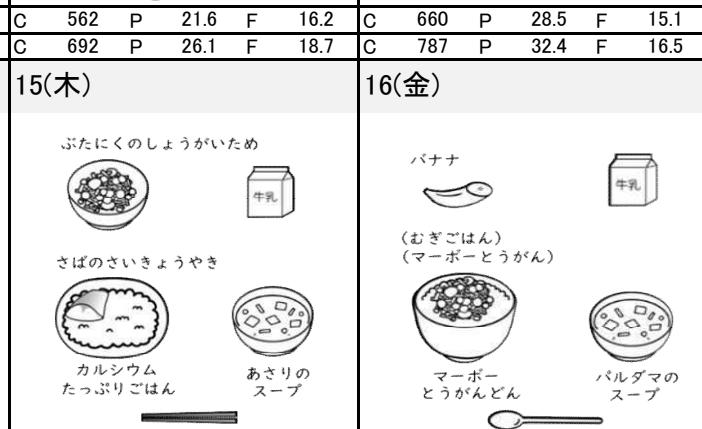
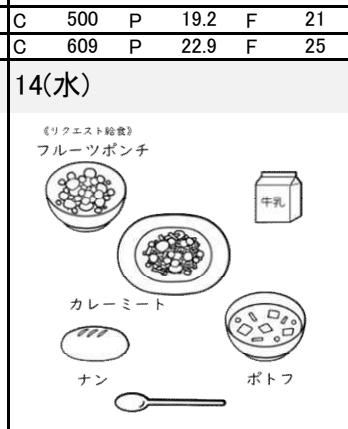
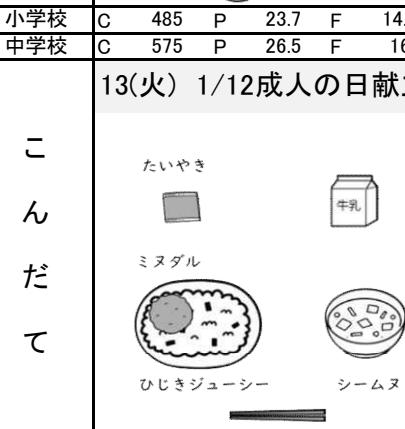
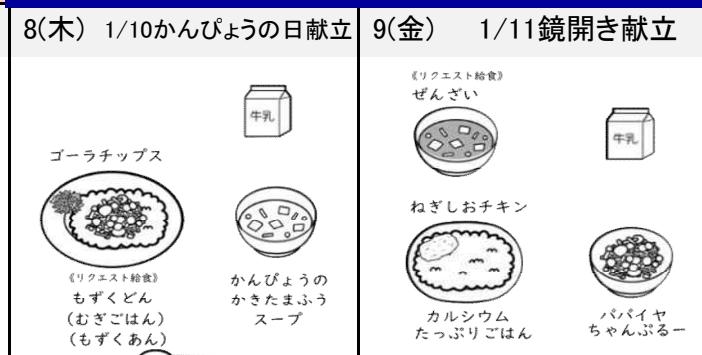
提供日: 21日(水)

リクエスト給食

中学3年生が給食を食べる機会も残りわずかとなりました。リクエスト給食のアンケート結果を発表します。最後まで友人・先生方と一緒に楽しい給食時間をお過ごしください♪

主食の部	おかずの部	デザートの部
1 みそかつこはん	1 なつとつみそ	1 プリン
2 あげパン	2 からあげ	2 いももち
3 オムライス	3 すきやき	3 いちごプリン
4 もずくどん	4 ヤムニヨムチキン	4 フルーツポンチ
5 カレーそば	5 チーズおから	5 せんざい
6 タコライス	6 コーンスープ	6 ざくざくチョコ
7 みやこそば	7	7

12月の提供は黄色、1月の提供は水色で塗った献立です。



1月23日アーモンドの日献立

20(火) 宮古みそ寄贈

21(水) 宮古みそ寄贈

22(木) 1/24すきやきの日献立

23(金) 1/26ムーチー献立

24(土) 1/27ムーチーの日献立

25(日) 1/28ムーチーの日献立

26(月) ヘルシーセンターダイズレンジャー

27(火) うどん対ラーメン

28(水) 14ひきのあさごはん

29(木) カレー地獄旅行

30(金) げんききゅうしょくいただきます！

31(土) 1/29ムーチーの日献立

32(日) 1/30ムーチーの日献立

33(月) 1/31ムーチーの日献立

34(火) 1/32ムーチーの日献立

35(水) 1/33ムーチーの日献立

36(木) 1/34ムーチーの日献立

37(金) 1/35ムーチーの日献立

38(土) 1/36ムーチーの日献立

39(日) 1/37ムーチーの日献立

40(月) 1/38ムーチーの日献立

41(火) 1/39ムーチーの日献立

42(水) 1/40ムーチーの日献立

43(木) 1/41ムーチーの日献立

44(金) 1/42ムーチーの日献立

45(土) 1/43ムーチーの日献立

46(日) 1/44ムーチーの日献立

47(月) 1/45ムーチーの日献立

48(火) 1/46ムーチーの日献立

49(水) 1/47ムーチーの日献立

50(木) 1/48ムーチーの日献立

51(金) 1/49ムーチーの日献立

52(土) 1/50ムーチーの日献立

53(日) 1/51ムーチーの日献立

54(月) 1/52ムーチーの日献立

55(火) 1/53ムーチーの日献立

56(水) 1/54ムーチーの日献立

57(木) 1/55ムーチーの日献立

58(金) 1/56ムーチーの日献立

59(土) 1/57ムーチーの日献立

60(日) 1/58ムーチーの日献立