石垣市立学校給食センター: 1682-4877 令和3年度 1月予定献立表 ◆天候や材料の都合により献立の変更をすることがあります。ご了承下さい。 ※*斜め太線*は島内や本島で作られた沖縄県産の食材です。 体内での働き 食品群 主に血や肉となり体をつくる 赤 がっこきゅうしょく いぎ もくひょう かんが 学校給食の意義と目標について考えよう 小学校 エネルギーとなり体を動かす 黄 緑 体の調子を整える きゅうしょく 給食について知ろう あけましておめでとうございます 中学校 毎月19日は 「食育の日」 栄養価 エネルギー たんぱく質 金 「学校給食における県産お菓子の魅力発信事業」 で、 今月は、【 紅チーズ 】 がでます。 学校給食会から んだて 無償提供になります。 =石垣市・農産物消費拡大の為の学校給食活用事業= 虎は、「決断力と才知」 の象徴としての意味があり、 縁起物として親しまれてい 今月は、6日、11日、13日、14日、17日、24日 赤 **牛乳 ぶた肉 平かまぼこ** ぶた中身 昆布 **牛乳** とり肉 大豆 ます。 2022年は、優しい寅を 25日、27日、合計8回の美味しい島の特産物の提供が 精白米 じゃが芋 小麦粉 団子 大豆油 黄 精白米 黒米 三温糖 大豆油 表す「壬寅」です。 人参 切干大根 しょうが 玉ねぎ にんにく ブロッコリー あります。お楽しみに (^^♪ 家族を大切にして他人にも 緑 ねぎ しいたけ みかん 人参 みかん・パイン・黄桃缶詰 心を開く良い年にしたいで (★印の献立です。) すね。 小学 614 24.6 16.6 760 中学 735 29.5 19.2 922 27.4 11 12 13 14 赤 **牛乳** とり肉 卵 ベーコン **牛乳** ぶた肉 **平かまぼこ 牛乳 ぎゅう肉** 卵 厚揚げ わかめ 牛乳 ぶた肉 ゆしどうふ 精白米 ごま 小麦粉 三温糖 精白米 団子 ごま 三温糖 黄 精白米 *沖夢紫芋* 大豆油 **八重山そば** 大豆油 大豆油 ごま油 大豆油 ごま油 白ネギ **ちやし** 人参 小松菜 玉ねぎ 人参 マッシュルーム コーン 玉ねぎ 人参 白菜 **ちや**し ごぼう 人参 いんげん 小松菜 グリーンピース 白菜 小松菜 しめじ ニラ しょうが にんにく しめじ 734 22.7 24.3 602 23.9 22.4 739 27.5 26.2 585 中学 869 26.4 28.1 736 28.8 27.5 873 32.9 30.5 701 26.2 18 19 20 21 んだて **牛乳** とり肉 ベーコン 豆腐 魚のす **牛乳** とり肉 いわし うすあげ **牛乳** 大豆 ぶた肉 とびうお **平かまぼこ** こんぶ うすあげ みそ **牛乳** とり肉 卵 チリメン わかめ 大豆 赤 **牛乳 ぶた肉** 厚揚げ 卵 魚のすり身 みそ り身 じゃが芋 ごま *黒糖* スパゲティー オリーブ油 黄 精白米 三温糖 片栗粉 大豆油 ごま 精白米 里芋 ごま 精白米 大豆油 大豆油 オリーブ油 キャベツ たけのこ 人参 ビーマン 白ネギ しょうが にんにく 木くらげ 人参 しめじ 白菜 ほうれん草 玉ねぎ 人参 ピーマン パプリカ 大根 人参 ごぼう しいたけ ねぎ 緑 人参 ニラ 切干大根 ほうれん草 キャベツ 小松菜 **パパイヤ** しょうが きゅうり マッシュルーム にんにく 小松菜 小学 683 22.8 626 22.5 29.0 23.6 668 24.2 27.3 26.8 21.9 619 27.6 中等 802 25.7 715 31.9 26.1 823 29.7 33.2 792 25.5 25.8 730 24 25 26 28 んだて **牛乳 まぐろ 卵 木綿豆腐** 牛乳 ミーバイ ぶた肉 マグロフ ランチョ うすあげ **アーサ** もずく **牛乳 ぎゅう肉** ぶた肉 大豆 **ヨーグルト** 赤 **牛乳** ぶた肉 みそ **レーク** うすあげ みそ わかめ みそ 精白米 小麦粉 大豆油 黄 精白米 ナン 小麦粉 大豆油 精白米 大豆油 中華麺 ごま油 大豆油 精白米 大豆油 三温糖 にんにく しょうが 人参 玉ねぎ 玉ねぎ 人参 ピーマン にんにく 大根 人参 ごぼう しいたけ 白ネギ ほうれん草 しょうが 大根 人参 玉ねぎ 白ネギ **ちやし** 小松菜 木くらげ 緑 しいたけ 人参 玉ねぎ からし菜 レーズン
みかん・パイン・黄桃缶詰 いんげん *たんかん* しいたけ たけの 小学 22.8 27.9 29.5 23.3 23.5 24.6 819 34.6 25.4 618 28.0 611 中学 873 27.9 34.3 766 35.2 26.9 713 28.1 941 39.0 28.9 739 33.9 28.1 31 石垣市立学校給食センターの歴史 1997年4月9日 1校を対象に開始 1973年12月3日 8校を対象に開始 小学校1校 ・真喜良

**牛乳** ベーコン **かまぼこ** あさり

厚揚げ わかめ みそ のり

精白米 大豆油

**/パパイヤ** 人参 ニラ 大根 小松菜

21.7

27.0

16.8

19.5

んだて

赤

黄

緑

小八学

607

772

小学校 5 校 ・平真 ・大浜 ・宮良 ・白保 ・名蔵 中学校3校・大浜・白保・名蔵

1974年5月20日 2校を対象に開始

小学校 2 校・川原・大浜本

1974年9月18日 5校を対象に開始 小学校3校 ・石垣 ・登野城 ・新川 中学校 2 校・石垣・石垣第二

1994年4月11日 1校を対象に開始 小学校1校 ・八島

1997年9月2日 1校を対象に開始 小学校 1 校 · 海星



20.8

24.6

16.0

18.2

17.6

19.5

14.4

16.4

石垣市立学校給食センターは、今年で49年目を迎えます。 8校を対象に始まった給食の提供は、現在では17校の5,350人の児童・生徒・職員 に届けられています。

1月24日~30日は「全国学校給食週間」です。 もし、給食が無かったら?お昼ご飯はどうなってた? 学校給食ってどうしてあるのかな?この週間を通して給食について考えて みませんか!