



# 1月こんだてひょう

令和8年1月  
舞鶴市立高野小学校

こんげつ もくひょう  
今月の目標

たの かんしや  
みんなで楽しく感謝して食べよう！

## 今月の地産地消

まいづる うみ  
《舞鶴の海から》

23日 まいづるさん  
舞鶴産わかめ



28日 サゴシ



30日 ハマチ



ねんせい そだ やさい  
《3年生が育てた野菜》

27日 さなみが  
佐波賀だいこん



21日 まいづるまっちゃ  
舞鶴抹茶

28日 まいづるまっちゃ  
舞鶴抹茶



12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)
 <b>成人の日</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごもく 五目チャーハン</li> <li>やき ぎょうざ 烤餃子</li> <li>はるさめ 春雨スープ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>こくとう 黒糖パン</li> <li>チリコンカン</li> <li>みずな 水菜のスープ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>むぎ はん 麦ご飯</li> <li>ちくぜんに 筑前煮</li> <li>み 実だくさんのみそ汁</li> <li>ふりかけ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・シュー揚げパン</li> <li>・ほうれん草のソテー</li> <li>・卵スープ</li> </ul>
19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>かいぐん にく にく 海軍さんの肉じゃが</li> <li>ひじきの煮物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ウズベキスタン風 ピラフ</li> <li>ふう こーンサラダ</li> <li>・ガロフ風スープ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・全粒粉パン</li> <li>・ポトフ</li> <li>まいづるまっちゃ 舞鶴抹茶の やさい 野菜チップス</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・むぎ はん 麦ご飯</li> <li>ふゆ やさい 冬野菜のマーボー</li> <li>きりほしだいこん 切干大根のナムル</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・小型パン</li> <li>まいづるさん 舞鶴産わかめうどん</li> <li>やさいいいた 野菜炒め</li> <li>いちごジャム</li> </ul>
給食週間				
26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>まいづるかいじ 舞鶴海自カレー</li> <li>・トッピングチップス</li> <li>ふくじんつ 福神漬け</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・京田ご飯</li> <li>だいす にぼ 大豆と煮干しと さつま芋の揚げ煮</li> <li>・佐波賀だいこんのみそ汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・バターパン</li> <li>・サゴシの</li> <li>まいづるまっちゃ 抹茶マヨネーズ焼き や マカロニスープ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・むぎ はん 麦ご飯</li> <li>まいづるかいほ 舞鶴海保カレー</li> <li>・ごぼうサラダ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ハマチの</li> <li>フイッシュバーガー</li> <li>ふゆ やさい 冬野菜のスープ</li> </ul>

## 給食週間 (1月26日～1月30日)

※牛乳は毎日つきます

まいにち しょくじ 毎日の食事について振り返り、食事と健康のかかわりや栄養について学習します。また、食事を作ってくださる人の努力や苦労を知り、感謝する心、食べ物の大切さについて考えます。

がつ こんだて 1月の献立には、まいづる しょくざい まいづる しょくざい と いりょうり きょううどりょううり がっこうえいようしなつやすら おこな を入れています。また、学校栄養士が、夏休みに調理実習を行いました。

かいじょうじえいいたい かいじょうほあんちょう た海上自衛隊と海上保安庁で食べられているカレーを給食に取り入れました。

- 【給食週間の取組】
- 給食集会(26日)
  - 栄養指導
  - (栄養士により学年ごとに行います)
  - 自分のめあてを決めて取り組もう

