

1月 こんだてひょう

足立区立江北小学校
校長 八木 雅治

令和2年度
給食目標:給食について知ろう

日	こんだて	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー たんぱく質
6 水	牛丼 すまし汁 しょうが和え	○	牛肉 わかめ	米 砂糖 しらたき	にんじん 系みつば	710 kcal 21.3g
7 木	七草うどん ツナサラダ キャラメルポテト	○	鶏肉 ツナ 油揚げ	牛乳 生クリーム わかめ	うどん 砂糖 水あめ さつまいも	604 kcal 22.7g
8 金	ナン グーラッシュ 揚げじゃがサラダ くだもの:りんご	○	豚肉 ベーコン いんげんまめ	牛乳 生クリーム	ナン 小麦粉 砂糖 じゃがいも	694 kcal 22.6g
12 火	ナポリタン 細切りやさいスープ 米粉のマドレーヌ	○	豚肉 たまご	牛乳 チーズ	スパゲッティ 片栗粉 米粉 砂糖	658 kcal 23.5g
13 水	ビーンズドッグ 白菜のクリーム煮 くだもの:パイナップル	○	豚肉 鶏肉 大豆 いんげんまめ	牛乳 生クリーム チーズ	コッペパン 小麦粉 砂糖 じゃがいも	692 kcal 29.7g
14 木	エビクリームライス コーンサラダ オレンジゼリー	○	鶏肉 えび	牛乳 生クリーム 粉寒天	米 小麦粉 砂糖	668 kcal 22.6g
15 金	ごはん 魚のみそにんにく焼き おひたし のっぺい汁	○	サワラ 白みそ 生揚げ	牛乳 ひじき	米 片栗粉 砂糖 さといも	636 kcal 26.9g
18 月	たらこポテトドッグ ポトフ フルーツヨーグルト	○	豚肉 ベーコン たらこ	牛乳 ヨーグルト チーズ	コッペパン じゃがいも	670 kcal 26.9g
19 火	ごはん 魚のメンチカツ いそ和え みそ汁	○	ムロアジ たまご 赤みそ 白みそ 油揚げ	牛乳 のり	米 小麦粉 パン粉 じゃがいも	692 kcal 25.3g
20 水	焼きとり丼 キャベツのあえもの みそ汁	○	鶏肉 とうふ 赤みそ 白みそ	牛乳 のり	米 麦 片栗粉 砂糖	630 kcal 26.1g
21 木	深川めし ぎせい豆腐 ごま酢あえ くだもの:みかん	○	鶏肉 たまご あさり とうふ 油揚げ 赤みそ 白みそ	牛乳 のり わかめ	米 砂糖 じゃがいも	673 kcal 27.2g
22 金	炊き込みごはん 小魚の石垣揚げ 野菜のおろし和え かきたま汁	○	鶏肉 たまご ニギス えび とうふ 油揚げ	牛乳	米 もち米 片栗粉 小麦粉 砂糖	629 kcal 31.1g
25 月	ごはん 和風とうふハンバーグ じゃこ入りおひたし みそ汁	○	豚肉 たまご とうふ 赤みそ 白みそ	牛乳 わかめ ちりめん	米 パン粉 片栗粉 砂糖	634 kcal 26.0g
26 火	麦ごはん 親子煮 すまし汁 焼きいも	○	鶏肉 たまご とうふ	牛乳 わかめ のり	米 麦 砂糖 じゃがいも しらたき	642 kcal 24.8g
27 水	ガーリックフランス ビーフシチュー 海藻サラダ くだもの:デコボン	○	牛肉 ツナ	牛乳 わかめ	ソフトフランスパン 小麦粉 砂糖 じゃがいも こんにゃく	674 kcal 29.6g
28 木	わかめご飯 魚のマヨネーズ焼き ごまドレサラダ とうふのスープ	○	鶏肉 サケ とうふ	牛乳 チーズ わかめ	米 パン粉 砂糖	627 kcal 29.3g
29 金	あんかけ焼きそば ポテト春巻き くだもの:いちご	○	豚肉 うずら卵 ツナ えび いか	牛乳 チーズ	中華めん 小麦粉 片栗粉 春巻きの皮 じゃがいも	667 kcal 28.2g

天候等によりメニューを変更することがありますので、ご了承ください。
感染症対策のため、配食や喫食の仕方に配慮したうえで給食を提供してまいります。



学校給食における和牛肉の提供について

新型コロナウイルス感染拡大に伴い、食肉の消費等に深刻な影響が発生し、在庫が大幅に増加していることから、国では、外食産業や観光業等と連携した販売促進事業と共に学校給食提供推進事業を実施しております。足立区の小・中学校においても、給食での和牛肉の提供を実施することといたしました。安全を重視して和牛肉を提供してまいりますので、ご理解いただきますようお願いいたします。