



Main table with columns for date, menu items, ingredients, and nutritional information (Energy, Protein, Fat, etc.).

\*献立や使用する食材は時季や天候、価格などの状況によって変更することがあります。 \*栄養価は中学年(3・4年生)の値です。

\*学校給食では「地産地消」に取り組んでおり、できる限り佐世保市産・長崎県産の食材を使用しています。

★今月の献立紹介★

- 8日は白米に十六種類の雑穀を混ぜた「十六穀米ごはん」があります。
○毎月19日は『食育の日』です。
○1月は20日「大根のべっこう煮」28日「ポトフ」に長崎和牛を使用します。

1月24日～30日 全校学校給食週間

給食週間では、学校給食に対する理解と認識を深め、感謝の気持ちを持つとともに、学校給食だけでなくとどまらず広く食物全体のことを考えようというものです。



この機会にご家庭でも「食べ物の大切さ」「飢えに苦しむ人々」「昔の食べ物の様子」「給食の思い出」等について話し合ってみてはいかがでしょうか。

※給食週間の献立紹介

- ・25日(月) 長崎県の郷土料理「海鮮ちゃんぽん」
・26日(火) 川棚町の郷土料理「くりつぼ」
・27日(水) 長崎市浦上地区の郷土料理「浦上そばろ」
・28日(木) 長崎和牛の角切り肉を使った「ポトフ」
・29日(金) 古くから長崎県にゆかりのある食材くじら肉を使った「くじらのごまみそがらめ」

★今月の地元の食材★

- 【佐世保市産】
・米・牛乳・煮干し・マダイ
・キャベツ・きゅうり・大根
・れんこん・ほうれん草・かぶ
・ブロッコリー・江上ぶんたん
・世知原茶マフィン
【長崎県産】
・長崎和牛・わかめ・ひじき
・ひよつづる・茎わかめ・白菜
・にんじん・葉ねぎ・みかん
・ぼんかん・しめじ・しいたけ
・えのきたけ・エリンギ・大豆

