


令和4年度 1月分献立表 (中学校)

筑紫野市学校給食共同調理場

月	火	水	木	金
		11	12	13
 <p>毎日おいしい給食が食べられるのは、たくさんの人々のおかげです。給食に携る人々、食べ物に命をいただくこと等に感謝して、給食を食べましょう。</p>		麦ご飯 雑煮 ぶりの照り焼き 紅白なます 一食黒豆 (代)一食プルーン 【和食の日】【行事食:鏡開き】	米粉パン ほうれん草とベーコンのスパゲッティ チキンカツ りんご	牛丼(麦ご飯) みそ汁 ブロッコリーのごま酢和え
16	17	18	19	20
麦ご飯 みそおでん さんまの甘露煮 白菜のゆず風味 【地場産献立:白菜】	麦ご飯 ワンタンスープ レバーとさつま芋とナッツの揚げ煮 中華炒め	胚芽食パン かぼちゃのポタージュ 白身魚のトマトソース ほうれん草のサラダ 一食ソフトチーズ (代)一食いちごミックスジャム	麦ご飯 豚汁 玉子焼き 切干大根の煮付け 一食納豆 【鉄人献立】	根菜カレー(麦ご飯) 福神漬 フルーツヨーグルト 【ファイバー献立】
23	24	25	26	27
麦ご飯 白菜と肉団子のスープ さといもコロケ 豆のサラダ	麦ご飯 すいとん さけの塩焼き みかん 一食昆布佃煮 【行事食:給食記念日】	ワンローフパン ビーンズシチュー ほうれん草オムレツ 花野菜サラダ	麦ご飯 厚揚げと大根のうま煮 わかめとじゃこのさっと煮 れんこんのアーモンド炒め	しそ麦ご飯 五目うどん あじフライ 春菊のごま和え ヨーグルト (代)ぶどうゼリー
30	31	和食の日・・・・・・・・・・伝統行事と和食は深い関わりがあります。正月のおせちや雑煮もその一つです。 行事食(鏡開き)・・・・・・・・1月11日は鏡開きです。神様が宿っていた鏡餅を食べることで一年の健康を願う伝統行事です。 地場産献立・・・・・・・・・・白菜のゆず風味には、筑紫野市近郊でとれた白菜を使う予定です。 鉄人献立・・・・・・・・・・切干大根には鉄分がたくさん含まれています。 ファイバー献立・・・・・・・・根菜には食物繊維がたくさん含まれています。 行事食(給食記念日)・・・・・1月24日は給食記念日です。昔の給食を思い出す懐かしい給食です。 郷土料理・・・・・・・・・・福岡県の郷土料理です。がめ煮は、祭りや祝い事の際に食べられます。また、海に面した福岡県では、さばやあじなどの青魚がよく食べられます。菜花のおかか和えでは、博多な花おいしい菜を使う予定です。		
麦ご飯 がめ煮 さばのごまみそ煮 菜花のおかか和え 【郷土料理:福岡県】	麦ご飯 麻婆豆腐 焼き餃子 チンゲン菜のオイスターソース炒め			



**朝ごはんを
毎日食べよう**
毎月19日は食育の日

- ☆材料入荷の都合などにより、献立を変更することがあります。
- ☆牛乳は毎日あります。
- ☆献立表裏面の★印については、各学校に配布した資料「令和4年度学校給食で使用する物資一覧(★印表)」に詳しく記載しています。資料につきましては、各学校にお問い合わせください。
- ☆アレルギー代替食については、(代)で記載しています。
- ☆裏面のアレルギー表示の※印の表示は、その加工品に※印の食品は含まれていませんが、同じ製造工場で※印の食品を含む加工品が製造されていることを表しています。
- ☆学年により、主食や副食の量が違うことがあります。
- ☆食物アレルギーや献立内容などお尋ねになりたいことがありましたら、共同調理場へご連絡ください。TEL923-6466