

令和5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
		10	11	12
		米粉パン 豆乳チャウダー 肉団子のオーロラソース煮 カラフルサラダ	麦ご飯 雑煮 ぶりの照り焼き 炒めなます 一食炒り黒豆 【和食の日・行事食:鏡開き】	麦ご飯 みそ汁 ハンバーグおろしソース ほうれん草と春菊の香りและ ヨーグルト (代)ぶどうゼリー
15	16	17	18	19
麦ご飯 みそおでん いわし佃煮 白菜のゆずごま和え 【地場産献立:白菜】	麦ご飯 麻婆豆腐 中華炒め りんご	胚芽食パン ポトフ トマトオムレツ ほうれん草のソテー 一食ソフトチーズ (代)一食いちごミックスジャム 【鉄人献立】	麦ご飯 白菜と肉団子のスープ レバーとさつまいもとナッツの揚げ煮 海藻サラダ 一食いりこ	麦ご飯 みそ汁 豚肉の甘辛焼き 五目きんぴら
22	23	24	25	26
しそ麦ご飯 ちゃんぽんうどん きびなごカリカリフライ みかん	麦ご飯 すいとん 鮭の塩焼き 小松菜の炒め物 一食焼きのり 【行事食:給食記念日】	ワンローフパン 冬野菜スープ 鶏と大豆のケチャップ煮 ポテトサラダ	麦ご飯 厚揚げと大根の煮物 コーンシュウマイ カリフラワーのごまみそ和え	根菜カレー (麦ご飯) 福神漬 フルーツヨーグルト
29	30	31		
麦ご飯 がめ煮 いわしの生姜煮 菜の花のおかか和え 【郷土料理:福岡県】	麦ご飯 豚汁 玉子焼き ひじきの煮物 一食納豆 【ファイバー献立】	キャロットパン 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		

- 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。雑煮には餅が入っています。
- 地場産献立 白菜のゆずごま和えは筑紫野市近郊でとれた白菜を使う予定です。
- 鉄人献立 ほうれん草には鉄分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献立です。
- 郷土料理 (福岡県) がめ煮は、祭りや祝い事のときに作られる福岡県の郷土料理です。
- ファイバー献立 一食納豆にはたくさんの食物繊維が含まれています。

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5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