

令和6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
 1月24日から30日は 全国学校給食週間 学校給食は子どもたちが食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けるために重要な役割を果たしています。全国学校給食週間は、このような学校給食の意義や役割についての理解を深めて、関心を高めるための一週間です。			9 麦ご飯 がめ煮 筑紫野野菜の玉子焼き 紅白なます 【和食の日】 【行事食:正月料理】	10 麦ご飯 ワントンスープ 大豆とレバーの揚げ煮 さつま芋とアーモンドのサラダ 【鉄人献立】
13 成人の日 	14 麦ご飯 麻婆豆腐 揚げ春巻き 海藻サラダ	15 胚芽食パン 鶏とほうれん草のスパゲッティ ホキフライ ビーンズサラダ	16 麦ご飯 水炊き風 いわしのみぞれ煮 菜の花のごま和え 【郷土料理:福岡】	17 根菜カレー (麦ご飯) 福神漬 フルーツヨーグルト
20 麦ご飯 みそ汁 豚肉の和風ソース チンゲン菜のじゃこしそ和え 一食角チーズ (代)一食いりこ	21 麦ご飯 五目汁 鶏肉とさつま芋の揚げ煮 ほうれん草の香りและ 一食納豆 【ファイバー献立】	22 ライ麦食パン ポークビーンズ 野菜とウインナーのソテー みかん	23 麦ご飯 がんもと野菜のうま煮 ブロッコリーのみそだれ和え かんぱちそばろふりかけ	24 麦ご飯 すいとん 鮭の塩焼き 小松菜の炒め物 【行事食:給食記念日】
27 しそ麦ご飯 ちゃんぽんうどん 中華風オムレツ 切干大根の煮つけ	28 麦ご飯 みそおでん いわしのおかか煮 荳若布のサラダ	29 ワンローフパン シチュー チキンカツ キャベツのサラダ	30 麦ご飯 家常豆腐 コーンシュウマイ 白菜のおかか和え 【地場産献立:白菜】	31 麦ご飯 鶏と大根の煮物 ししゃもフライ 花野菜サラダ

行事食①・和食の日・・・正月料理のがめ煮と紅白なますです。玉子焼きは筑紫野市産の根深ねぎと人参を加えた、野菜の甘さを生かしたいろいろの良い玉子焼きです。

鉄人献立・・・鉄分を多く含んだレバーと大豆を使った揚げ煮です。

郷土料理・・・私たちが住んでいる福岡県の郷土料理である水炊きを給食用にアレンジしました。

ファイバー献立・・・納豆は水溶性食物繊維と不溶性食物繊維の両方が含まれていて、調理をせずに手軽に食物繊維をとることができます。

行事食②・・・1月24日は給食記念日です。この日は昔の給食を再現します。明治22年、山形県鶴岡市で一番最初に給食が始まった時の献立は「おにぎり、焼き魚、漬物」でした。すいとんは昭和17年ごろによく給食に出されていました。

地場産献立・・・筑紫地区で多く栽培されている白菜を使っています。

☆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6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