

平成30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
<p>筑紫野市では食育推進計画を策定し 健全な食生活を推進しています！</p>  <p>食育推進計画は、筑紫野市民みんなが健康に暮らすための食育に関する計画です。重点ポイント【朝食、野菜プラス1皿、共食、地産地消】に取り組みましょう♪</p>		<p>9</p> <p>ワンローフパン 冬野菜スープ ハンバーグのケチャップソース ホットポテトサラダ</p>	<p>10</p> <p>わかめ麦ご飯 鶏南うどん (うどん 鶏南うどんの具) 小松菜の和え物 プルーンヨーグルト (代)りんごゼリー</p>	<p>11</p> <p>麦ご飯 雑煮 ぶりの照焼き 紅白なます 一食かなぎ佃煮 【行事食：鏡開き】 【和食の日】</p>
<p>14</p> <p>成人の日</p> 	<p>15</p> <p>麦ご飯 厚揚げと大根の煮物 かつおフライ 白菜のゆず風味</p> <p>【地場産献立：大根】</p>	<p>16</p> <p>胚芽食パン 豆乳チャウダー トマトオムレツ ブロッコリーサラダ</p>	<p>17</p> <p>麦ご飯 さつま汁 ししゃもフリッター れんこんのアーモンド炒め</p>	<p>18</p> <p>根菜カレー(麦ごはん) 福神漬け フルーツヨーグルト</p>
<p>21</p> <p>麦ご飯 ビーフン五目汁 肉団子のケチャップ和え アーモンド入り中華炒め</p>	<p>22</p> <p>麦ご飯 おでん いわし佃煮 白菜の煮びたし</p>	<p>23</p> <p>米粉パン ほうれん草とベーコンのスパゲティ ツナと野菜のソテー りんご</p> <p>【ファイバー献立】</p>	<p>24</p> <p>麦ご飯 すいとん 鮭の塩焼き 切干大根のはりはり漬け 一食いりこ</p> <p>【行事食：給食記念日】</p>	<p>25</p> <p>麦ご飯 八宝菜 揚げ餃子 海藻サラダ</p>
<p>28</p> <p>豚すき丼(麦ご飯) つみれ汁 ぽんかん 一食アーモンド (代)一食黒糖ビーンズ</p>	<p>29</p> <p>麦ご飯 がめ煮 さばの味噌煮 菜の花のごま和え</p> <p>【郷土料理：福岡県】</p>	<p>30</p> <p>食パン レンズ豆のカレー風味スープ コロケ ほうれん草のソテー 一食スライスチーズ (代)一食いりこ</p> <p>【鉄人献立】</p>	<p>31</p> <p>麦ご飯 みそ汁 鶏の照煮 ブロッコリーのじゃこ和え</p>	<p>毎月19日は 食育の日</p> 

行事食（鏡開き）・・・1月11日は、鏡開きです。餅を使った雑煮を取り入れています。

和食の日・・・和食は、正月の雑煮やおせちといったように、年中行事と密接に関わっています。

ファイバー献立・・・りんごには、食物繊維がたくさん含まれています。

地場産献立・・・大根は、筑紫野市でとれたものを使う予定です。

行事食（給食記念日）・・・1月24日は給食記念日です。それにちなみ、昔の給食を再現しています。

郷土料理・・・がめ煮は、祭りや祝いの席に欠かせない、福岡を代表する郷土料理です。

鉄人献立・・・ほうれん草には、鉄がたくさん含まれています。

☆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「平成30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