

# 令和5年1月分 夜間定時制学校給食献立表

鞍手高校定時制

日	曜	献立名					備考
		主食	主菜	副菜(汁物)	(デザート等)	牛乳	
10	火	ご飯	さわらの西京焼き	昆布の炒め物	のっぺい汁		牛乳 17:15
11	水	ご飯	ハンバーグおろしソース	小松菜のソテー	野菜スープ		牛乳
12	木	ご飯	鶏肉と厚揚げのうま煮	野菜の彩りピリ辛和え	もずく汁		牛乳
13	金	中華丼(ご飯)(海鮮なし)		シュウマイ	わかめスープ	みかん	牛乳
16	月	ご飯	さばの塩焼き	かぼちゃのそぼろ煮	けんちん汁		牛乳
17	火	ビーフカレー(ご飯)		ひじきとアーモンドのサラダ	福神漬け	フルーツヨーグルト和え もも・みかん	牛乳
18	水	ご飯	トンカツ	野菜の昆布和え	かぶと春菊のみそ汁		牛乳
19	木	ご飯	回鍋肉	中華サラダ	ワンタンスープ		牛乳 ♣19日食育の日
20	金	ご飯	鶏肉のトマト煮	ゆず風味の浅漬け	きのこ汁	ポンカン	牛乳
23	月	ご飯	すき焼き煮	海藻サラダ	すまし汁		牛乳 17:15
24	火	ご飯	あじのパン粉焼き	根菜と春雨の炒め物	さつま芋のみそ汁		牛乳
25	水	ご飯	グラタン(鶏肉、玉ねぎ、ブロッコリー、マカロニ)		コンソメスープ	八女茶ムース	牛乳 1年生リクエストメニュー
26	木	ご飯	ぶりの照り焼き	五目煮豆	かき玉汁	味付けのり	牛乳
27	金	ご飯	鶏肉の唐揚げ	白菜のごま酢和え	みそ汁		牛乳
30	月	ご飯	白身魚の甘酢からめ	肉じゃが	白菜のみそ汁		牛乳
31	火	ご飯	ポークソテー	ツナと野菜のサラダ	ミネストローネ	ネーブルオレンジ	牛乳

♣毎月19日は「食育の日」♣

主食・主菜・副菜のそろった食事をして、野菜をしっかり食べよう。

感染症対策

- \* 食事の前には、石けんを使って正しく手を洗います!!
- \* 栄養バランスの良い食事、規則正しい食事健康な体づくりが大切です。

♣全国学校給食週間(1月24日~30日)

我が国における学校給食は明治22年に初めて実施されました。戦争のために中断されましたが、戦後の食糧難による子供たちの栄養状態の悪化から学校給食実施の必要性が叫ばれ、外国からの物資寄贈もあり、昭和21年12月24日に再開されました。このようなことから、12月24日を学校給食感謝の日としていましたが、新たに冬休みに重ならない1月24日~30日の1週間を「学校給食週間」とし、学校給食の意義や役割について理解と関心を深める機会としています。