



# 令和6年1月 献立表



献立に使われている材料などを確認する場合は裏面をご覧ください。



月	火	水	木	金
2024年 辰年 	9 <span>お正月メニュー</span> ご飯 ぶりの胡麻だれ焼き なます 具雑煮 味付海苔 牛乳	10 ご飯 和風梅子キン 里芋とイカの煮物 厚揚げのみそ汁 牛乳	11 シーフードカレー 海藻サラダ りんご 牛乳	12 ちゃんぽん 揚げ春巻 ほうれん草のサラダ マーラカオ 牛乳
	842 kcal	913 kcal	785 kcal	830 kcal
15 ご飯 千草焼き もやしのお浸し つみれ汁 牛乳	16 麦ご飯 回鍋肉 うずらの卵スープ みかん 牛乳	17 キンパム丼 (韓国海苔巻風丼) 韓国風サラダ キムチ豚汁 牛乳	18 ご飯 魚の味噌 マヨネーズ焼き さつま芋のサラダ かぶとベーコンの スープ 牛乳	19 麦ご飯 鶏すきやき かぶの酢の物 すまし汁 牛乳
755 kcal	748 kcal	766 kcal	814 kcal	875 kcal
22 ご飯 カレー肉じゃが 春雨サラダ かきたま汁 牛乳	23 ご飯 チキン南蛮 干し大根の煮物 呉汁 牛乳	24 <span>全国学校給食週間</span> 自転車飯 豚肉の生姜焼き コールスローサラダ けんちん汁 牛乳	25 <span>全国学校給食週間</span> ミートスパゲティ スパニッシュオムレツ クラムチャウダー 牛乳	26 <span>全国学校給食週間</span> 麦ご飯 麻婆豆腐 太平燕(タイピーエン) すりおろしゼリー 牛乳
837 kcal	978 kcal	820 kcal	844 kcal	862 kcal
29 <span>全国学校給食週間</span> ちらし寿司 五目うどん さばフライ 牛乳	30 <span>全国学校給食週間</span> ご飯 レモンステーキ 野菜ソテー ポタージュスープ ミルクプリン 牛乳	31 麦ご飯 南蛮漬け 南瓜の旨煮 豆腐の味噌汁 牛乳	 新しい1年が始まりました。 今年も元気に過ごせるように、早寝、早起き、栄養バランスのよい食事で生活のリズムを整えましょう。また、冬に流行する感染症などを予防するために、引き続き、丁寧な手洗い、マスクの着用、換気等感染症対策を行いながら、体調管理に気をつけましょう。 	
882 kcal	868 kcal	867 kcal		
※天候や仕入れの都合により、献立は予告なく一部変更することがあります。			月平均エネルギー: 840 kcal	
☆☆☆食堂や廊下に掲示してあるとおり、給食の申込と取消の期日は次のようになっています☆☆☆				
毎月分	前月の15日までに申込書,前月の2日までに取消願を提出 例: 2月分を申し込む場合は1月14日まで			

今月は全国学校給食週間(1月24日~1月30日)で長崎県の郷土料理を提供します。また、卒業生は30日が最後の給食になります。牛肉を使用したレモンステーキを味わってください。