

1月

スクールミールひがしやま  
なかむらみなみ  
ぐどう

よていこんだて  
もりつけひょう

9 新年おいおいこんだて  
紅白なます  
とりにくのレモンフライ  
うめこんぶごはん  
たいのおすまし

10 ばんさんすう  
みかん  
あつあげのみそいため  
むぎごはん  
たいのおすまし

11 かがみびらき  
ぜんざい  
あげざかなのあんかけ  
だいこんじゃごはん  
キャベツのとさゆすあえ

12 東山小リクエストこんだて  
わふうからあげ (小2個・中3個)  
チョコクレープ  
げんきサラダ  
キムチチャーハン  
たまごスープ

15 ちくさあえ  
たいゆき  
ごはん  
とりそぼろあんかけどん(具)

16 マカロニグラタン  
かみかみごぼうサラダ  
ごはん  
コンソメスープ

17 ぼうさいこんだて  
LL牛乳 (長期保存用牛乳)  
きゅうきゅうカレー  
カンパン

18 はたのうのしょくざいこんだて  
おひたし  
メープルマフィン  
むぎごはん  
ちゃんこなべ

19 高知の食べものいっぱいの日  
ぶたにくのゆすがらめ  
朝ごはんコンテスト (下田中3年生)  
ほうれんそうとツナのおかかごまあえ  
ごはん  
ぶゆやさいのみそ汁

22 カレーの日  
ほうれんそうとりんごサラダ  
ゆずゼリー  
むぎごはん  
カレーライス(ルウ)

23 こうやどうぶのヘルシーからあげ  
スパゲッティサラダ  
ごはん  
わふうポトフ

24 日本の給食はじまりこんだて  
そくせきづけ さけのしおやき  
のり(おむすびころりんちよ)  
ごはん  
すいとん汁 (セルフおにぎり)

25 なつかしい給食こんだて  
バナナ  
いんげんのごまあえ  
いちごジャム  
コーンシチュー  
コッパン

26 福多地区朝ごはんコンテスト入賞こんだて  
ウイナー  
かんたんえいよう  
まんてんサラダ (宿毛市)  
かんたんでおいしい  
しらチーおにぎり (黒潮町)  
乳と魚なし栄養野菜みそ汁 (四万十市・下田中3年生)

29 四万十市のしょくざいこんだて  
しまんとあおりのコロッケ  
しまんと  
ごまあえ  
ごはん  
さけの栄養満点みそ汁  
朝ごはんコンテスト (八束小6年生)

30 熊本県こんだて  
ほしだいこんのちゅうかあえ  
ぼんかん  
ごはん  
タイプーエン

31 佐賀県こんだて  
がめに  
さばのしょうがやき  
むぎごはん  
いかのかけあえ

17日「ぼうさいこんだて」について  
災害時を想定し「給食センターが使える、備蓄にあるものだけで防災給食を実施する」という設定で実施します。  
この機会に防災時の食事について考えてみましょう!!  
\*救給カレー...袋を開けると、スプーンでそのまま食べることができます。  
\*LL牛乳...ロングライフ牛乳、長期保存用牛乳のことです。常温で長期保存が可能な牛乳です。

1月24日～30日は全国学校給食週間です。  
全国学校給食週間は、学校給食の意義や役割などについて理解と関心を高め、より一層充実をはかることを目的として定められました。学校給食は栄養バランスのよい食事である子どもの健全な成長を支え、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さまざまな特別献立を実施します。ぜひこの機会に、家庭で給食について話題にしてみてください。

見直そう!  
食品の備蓄  
食品の賞味期限や量を確認しましょう。