

1月の予定献立表



月	火	水	木	金
8 成人の日 今月の 岩沼産地場産品 米 りんご 米粉麺	9 開講式  忘れずに!! 数字はエネルギー/たんぱく質/脂質/塩分を表します	10 ごはん ジャー جان豆腐 ギョウザ (2ヶ) もやし中華あえ	11 実力テスト ナン ドライカレー 大根サラダ 中華卵スープ レモンヨーグルト	12 ごはん さばのみそ煮 切干大根の炒り煮 じゃがいもと 玉ねぎのみそ汁
15 小正月メニュー ごはん あじの香味焼き ひじきとツナの炒め煮 白玉雑煮 小正月は、紅白の餅花というお餅を丸めて柳の枝に飾り、豊穡を願います。	16 バターロールパン ハンバーグ きのことソース カラフルサラダ 白菜のクリーム煮	17 ごはん ガパオライス 春雨サラダ 米粉ワンタンスープ	18 仙台大栄養士実習生の考案給食 ミルクパン 鶏肉のレモンソース 米麺サラダ 冬野菜のポトフ	19 麦ごはん ポークカレー まめまめサラダ 果物 (岩沼産りんご)
818/32.5/17.4/2.6	819/31.5/30.8/3.4	799/29.5/24.9/3.2	772/37.7/31.8/3.0	868/29.6/24.0/2.9
22 教頭先生リクエスト ごはん 赤魚のねぎソース ナムル 五目豆腐	23 2年給食委員リクエスト 米粉チョコ チップパン メンツカツ プロッコリーサラダ コーンクリームスープ	24 3年給食委員リクエスト ごはん ますの マヨチーズ焼き きんぴらごぼう 豚汁	25 1年給食委員リクエスト クロワッサン みそ米粉麺 チキン ナゲット (2ヶ) アメリカンサラダ	26 給食調理員リクエスト ごはん 豚肉のかりん揚げ すき昆布と ツナの煮物 うーめん汁
<h2>1月22日から26日校内学校給食週間～リクエスト給食週間～</h2>				
792/37.6/24.2/2.4	848/32.9/35.1/3.1	783/36.0/21.0/2.1	749/23.8/41.3/3.3	814/31.3/25.0/3.1
29 受験応援メニュー 麦ごはん ハヤシチュー グリーンサラダ いい予感 (いよかん)	30 3年生給食なし ソフトパン ヤンソンさんの誘惑 イタリアンサラダ マカロニ入りスープ	31 校長先生リクエスト ごはん 岩西武将隊の味付のりぶりの照り焼き ゆかりあえ 野菜たっぷり白菜鍋	今月の目標 感謝の気持ちを持って食事をしましょう ・ 普段食事を作ってくれる人や食べ物に感謝の心を持って食事をしましょう 給食週間中に、調理員さんへ感謝のメッセージ贈呈式を行います。その様子は給食週間の掲示でお知らせ予定です。	
807/26.7/21.7/2.5	795/28.0/33.0/3.0	797/32.8/21.9/3.3		

☆箸は毎日洗い、きれいにして使いましょう。 ☆都合により、献立を変更する場合があります。

☆牛乳は毎日つきます。