



# 1月給食献立表



家庭数配布

実施予定回数16回

大田区立志茂田中学校

実施日	曜日	献立	栄養量		おたより
			エネルギー	たんぱく質	
11	水	♪志茂田小開校記念日お祝い給食♪ 鯛飯 牛乳 鶏肉の香味焼き 豚汁 くだもの	kcal 764	g 33.8	<p><b>あけましておめでとうございます。</b> <b>本年もよろしくお願ひいたします。</b></p> <p>新しい年を迎えました。今年も志茂田中学校の皆さんが健康な毎日が送れるよう、安全でおいしい給食づくりに努めていきたいと思ひます。どうぞよろしくお願ひいたします。</p> <p><b>全国学校給食週間</b></p> <p>1月24日から30日は「全国学校給食週間」です。学校給食は、明治時代、山形県の小学校で昼食を持参できない子どもたちのために、おにぎりと漬物を用意したのが始まりとされています。「全国学校給食週間」の給食は、当時は振り返り食べ物に感謝し、給食の意義や役割について理解や関心を深める週間になっています。本校では、「ふるさと給食」として大田区と東京都ゆかりの食材やメニューを提供します。</p> <p><b>今月のメニュー紹介</b></p> <p><b>17日(火)・23日(月)1組考案給食</b></p> <p>1組が家庭科の授業で「主食・主菜・副菜」について学習し、班ごとに給食の献立を考えました。栄養バランス、彩りなどを考え、2つの班の献立を1月の給食に入れました。</p> <p><b>23日(月)旬を味わう給食 ~ひじき~</b></p> <p>今月は、保健給食委員1年生3名の皆さんが旬の食材について紹介してくれます。お楽しみに☆</p> <div style="border: 2px solid orange; border-radius: 25px; padding: 10px;"> <p><b>3年生リクエスト給食</b></p> <p>3年生の保健給食委員がメニュー案の企画・集計をしました。各学級1位に選ばれたものを3学期の給食に入れていきます。★印は、3年生のリクエストです。</p> <p><b>リクエストアンケート結果 第1位</b></p> <p>3年1組 主食 カレーライス 主菜 ヤムニョムチキン 副菜 おだんごスープ デザート 白玉フルーツボンチ</p> <p>3年2組 主食 きなこ揚げパン 主菜 ロックチキン 副菜 ビーンスポテト デザート しゅわしゅわボンチ</p> <p>3年3組 主食 揚げパン 副菜 揚げ餃子 副菜 バリバリサラダ デザート 抹茶パウンドケーキ</p> <p>3年4組 主食 ビスキュイパン 副菜 ロックチキン 副菜 ごまあえ デザート チーズケーキ</p> <p>3年5組 主食 きなこ揚げパン 主菜 ロックチキン 副菜 バリバリサラダ デザート ボンチ</p> <p>3年6組 主食 きなこ揚げパン 主菜 ロックチキン 副菜 バリバリサラダ デザート しゅわしゅわボンチ</p> </div>
12	木	キャロットライスクリームソースかけ 牛乳 ひよこ豆入りサラダ くだもの	792	24.7	
13	金	♪小正月給食♪ 小豆ご飯 牛乳 松風焼き けんちん汁 くだもの	760	31.7	
16	月	四川豆腐丼 牛乳 ワンタンスープ カルピスゼリー	792	28.9	
17	火	♪1組考案給食①♪ カレーうどん 牛乳 竹輪の磯辺揚げ 大根サラダ	758	33.2	
18	水	♪カミカミ給食♪ キムタクご飯 牛乳 焼き魚 どさんこ汁	842	31.5	
19	木	米粉パン 牛乳 ビーフシチュー オニオンドレッシングサラダ くだもの	849	35.1	
20	金	茶飯 牛乳 おでん 野菜のごま酢和え くだもの	752	27.5	
21	土	みそラーメン 牛乳 ★揚げぎょうざ くだもの	755	29.3	
23	月	♪旬を味わう&1組考案給食②♪ ひじきご飯 牛乳 鶏肉のから揚げ みそ汁 くだもの	752	28.5	
24	火	♪ふるさと給食①♪大田区発祥揚げパン ★きなこ揚げパン 牛乳 ★おだんごスープ コロコロサラダ	773	27.8	
25	水	♪1月バースデー&ふるさと給食②♪ 東京都産キャベツ・にんじんを使用 ミートソーススパゲティ 牛乳 東京野菜入りカリカリじゃこサラダ ★バイクドチーズタルト	820	35.8	
26	木	♪ふるさと給食③♪ 大田区ゆかりの海苔を使用 ごはん 海苔のふりかけ 牛乳 肉じゃが煮 昆布サラダ	753	25.5	
27	金	♪ふるさと給食④♪東京都産小松菜を使用 小松菜と豚肉の中華丼 牛乳 スーミータン 甘辛カリカリ豆	839	33.7	
30	月	♪ふるさと給食⑤♪ 江戸生まれの柳川鍋をアレンジ わかめご飯 牛乳 柳川風たまご焼き 田舎汁 くだもの	768	31.2	
31	火	ジンジャーピラフ 牛乳 魚のバジルチーズフライ ABCトマトスープ	776	37.7	

(注) 食材料購入や学校行事などの都合により献立を変更することがあります。

★印は、3年生のリクエスト給食です。