

こんだて通信



令和 8年 1月 9日（金）

献立・使用器具

- ・ そぼろごはん しゃもじ2
 （刻みのり） はし
- ・ 鶏のからあげ トング
- ・ みそ汁 おたま
- ・ アップルゼリー 手袋
- ・ 牛乳

配膳図・目安量



献立ひとくちメモ

* 今年もよろしくお願ひします *

新しい年を迎え、3学期が始まりました。今年も志茂田中学校の皆さんが健康な毎日を送れるよう、安全でおいしい給食をめざして取り組んでいきたいと思ひます。

志茂田小では開校記念日ということなのでからあげにしました★



こんだて通信



令和 8年 1月 13日 (火)

献立・使用器具

- ・ピラフ しゃもじ2本
- ・豆腐のミートグラタン 手袋
- ・白菜とじゃが芋のスープ 大おたま
- ・牛乳

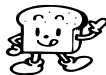
配膳図・目安量

ピラフ
しゃもじ 2杯程度



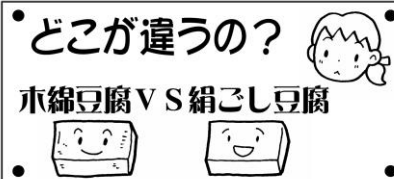
白菜じゃが芋スープ
大おたま 1杯ちょっと

献立ひとくちメモ



* 豆腐のミートグラタン *

豆腐は、豆乳ににがり（凝固剤）を入れ、かためて作ります。



木綿豆腐

豆乳ににがりを加えて固めたものを一度崩してから、木綿布を敷いて圧力をかけて押し固めたものです。そのため、しっかりとした豆腐になります。絹ごしより、たんぱく質、脂質、カルシウム、食物せんいなどが豊富です。

絹ごし豆腐

豆乳ににがりを加えて、そのまま固めて作ったものです。表面は、なめらかになります。木綿よりもビタミンB群、カリウムが豊富です。

こんだて通信

令和 8 年 1 月 1 4 日 (水)

献立・使用器具

- ・中華ドッグ 手袋
- ・ワンタン卵スープ 大お玉
- ・コーンサラダ ギザ玉
- ・オレンジ 手袋
- ・牛乳

配膳図・目安量



献立ひとくちメモ

* くだものでかぜ予防 *

みかんなど柑橘類のくだものに含まれる**ビタミンC**は、**からだの免疫力を高める働き**があります。くだものや野菜を積極的に食べてかぜにかかりにくい体を作りましょう。



★今日は、オーストラリア産のオレンジを出しました★

こんだて通信



令和 8年 1月 15日 (木)

献立・使用器具

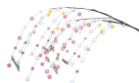
- | | | |
|--------|--------------------|--------|
| ・小豆ごはん | ・・・・・・・・・・・・・・・・・・ | しゃもじ2本 |
| ・松風焼き | ・・・・・・・・・・・・・・・・・・ | トンゴ |
| ・けんちん汁 | ・・・・・・・・・・・・・・・・・・ | 大おたま |
| ・みかん | ・・・・・・・・・・・・・・・・・・ | 手袋 |
| ・牛乳 | | |

配膳図・目安量



献立ひとくちメモ

* 小正月給食 *



小正月（1月15日）は、旧暦の正月にあたる日で、農作物の豊作を願い、餅をまゆの形にしてお供えしたり、健康を祈りあずきがゆを食べる風習があります。給食では、小豆ご飯と正月料理の松風焼きを献立に入れました。



松風焼(まつかぜやき)



小豆粥(あずきがゆ)

こんだて通信



令和8年1月16日（金）

献立・使用器具

- ・バターライスきのこソースかけ

バターライス しゃもじ2

きのこソース 大おたま

- ・パリパリツナサラダ ギザ玉

- ・牛乳

配膳図・目安量

きのこソース
大おたま1杯程度



献立ひとくちメモ



* 白衣の持ち帰りをお願いします *



当番の人は、白衣の持ち
帰りをお願いします。

来週 **19日（月）** に忘れ
ずに持ってきてください。

* 来週の給食当番の人は、マスクを忘れずに持ってきてください。