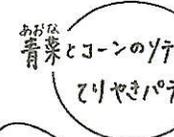
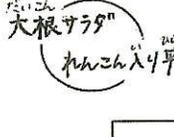
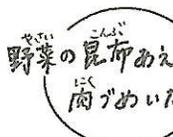
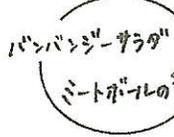


1月

配膳表

多^{たくし}久^{がっこう}市^{きゅうしゅう}学^{がく}校^{がう}給^{きゅう}食^{じき}セ^{せん}ン^たター

月	火	水	木	金
<p>早寝</p>  <p>睡眠は、疲れを取ったり、体を成長させたりします。夜は早く寝て十分な睡眠をとりましょう。</p>	<p>早起き</p>  <p>朝の光を感じると覚醒を促す脳内物質のセロトニンが分泌され、日中に活動しやすくなります。</p>	<p>朝ごはん</p>  <p>夕食でとったエネルギーは朝には残っていません。午前中、元気に活動するために、朝食をとりましょう。</p>	<p>始業式</p> 	<p>9日 食育目標</p>  <p>れんこん入りキヌカレー (菜ごはん)</p> <p>海藻サラダ</p>
<p>12日 成人の日</p> <p>せいじんひ</p>	<p>13日 お正月料理</p>  <p>レモンケーキ</p> <p>松風やき</p> <p>ごはん 雑煮</p>	<p>14日 感謝して食べよう</p>  <p>野菜とコーンのザリヤキ</p> <p>ミルクパン</p> <p>野菜スープ</p>	<p>15日 6年生考案献立 (東部校)</p>  <p>野菜と鶏のからあげ</p> <p>ごはん 豆乳スープ</p>	<p>16日 みぞれ汁</p>  <p>くさわかめのさんぴん</p> <p>さわらの梅酢やき</p> <p>ごはん みぞれ汁</p>
<p>19日 食育の日</p>  <p>白菜のごまあえ</p> <p>かしわごはん おどん風煮込み</p>	<p>20日 噛む献立</p>  <p>れんこんサラダ</p> <p>メンチカツ</p> <p>ごはん さつまいもの汁</p>	<p>21日 ポークビーンズ</p>  <p>チーズサラダ</p> <p>ミルクパン</p> <p>ポークビーンズ</p>	<p>22日 れんこん</p>  <p>ひじき煮</p> <p>いわしおれ煮</p> <p>ごはん 冬瓜汁</p>	<p>23日 牛乳を飲もう</p>  <p>大根サラダ</p> <p>れんこん入り平べね</p> <p>半しそごはん</p> <p>ちゃんぽん</p>
<p>26日 全国学校給食週間</p>  <p>うの花炒り煮</p> <p>鶏のりやき</p> <p>ごはん ぽつま汁</p>	<p>27日 女山大根</p>  <p>野菜の昆布あえ</p> <p>肉づめいなり</p> <p>ごはん 女山大根のうま煮</p>	<p>28日 お誕生日献立</p>  <p>りんごゼリー</p> <p>ごまドレッシング</p> <p>サラダ</p> <p>れんこん豆腐</p> <p>白菜のスープ</p>	<p>29日 日本の味めぐり献立 (佐賀県)</p>  <p>かけあえ</p> <p>あじフライ</p> <p>ごはん のっぺ汁</p>	<p>30日 たまご</p>  <p>パンパンジーサラダ</p> <p>ビーツポールの甘酢あめ</p> <p>ごはん たまごスープ</p>

1月24日から30日は

全国学校給食週間



学校給食は子どもたちが食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につ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、このような学校給食の意義や役割についての理解を深めて、関心を高めるための1週間です。

※ 献立メッセージのタイトルを日付の下に記載しています。