

# 1月 献立表

天候等の都合により、献立・食材を変更する場合があります

あけましておめでとうございます  
本年もよろしくお願ひ致します



いよいよ今年度も残すところ3か月を切りました。引き続き、おいしく安全・安心な給食作りに努めていきたいと思ひます。よろしくお願ひします。さて、1年間の総まとめとなる3学期は、インフルエンザやノロウイルスが流行する季節のため健康管理にはより一層の注意が必要です。寝不足が続いたり食事を抜いたりすると、体調を崩しやすくなりますので、早寝・早起きをし、朝ごはんをしっかり食べて登校するようにしましょう。手洗い・うがいも忘れずに！

手洗い達人 今年は大つ年！ 給食の“たっ火”を目指そう

お皿ピカピカ達人

盛り付け達人 よい姿勢達人 はし使い達人 後片付け達人

献立名	8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)
	今月の給食に使用する 名護市産の食材  羽地米・卵・鶏肉 豆腐・きゃべつ 大根・にら シークワーサー果汁	手作り卵焼き / 切干大根の和え物  もずく入り炊き込みご飯	あさりの佃煮 / イカの小判焼き  麦ごはん / おでん	キャロットケーキ / ごぼうサラダ  スパゲティナポリタン	オレンジ  チャブスイ丼 / ぜんざい
献立名	15(月) 名護中欠食	16(火)	17(水)	18(木)	19(金) 桜中欠食
	おみくじ焼き / グリーンコロッケ コロツケ / サラダ  チキンライス	中華ポテト / わかめの酢の物  みそ煮込みうどん	魚の照り焼き / キャベツのツナ和え  麦ごはん / 豚汁	豆腐ハンバーグ / 大根の生姜和え  チーズ雑炊	オレンジ  親子丼 / じゃがいものみそ汁
献立名	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)
	ポテトと塩昆布ソテー ★揚げパン  冬野菜のスープ	★きびなごのカリカリ揚げ / 小松菜の白和え  かやくごはん	オレンジ  ★タコライス / もずくと卵のスープ	★ごま菓子 / いんげんのおかか和え  ★焼きそば	ゆで卵 / 豆のサラダ  麦ごはん / ★チキンカレー
この一週間は大宮中のリクエストメニューを取り入れています					
献立名	29(月)	30(火)	31(水)	全国学校給食週間！	
	白身魚フライ / コールスローサラダ  コッパン / ポトフ  セルフサンドを作ろう	豆腐のチリソース / パンサンスー  五目チャーハン	オレンジ  キムチ豚丼 / 大根のみそ汁	1月22日(月)~1月27日(金)の一週間は大宮中学校の皆さんのリクエストメニューを取り入れています。大宮中学校では保健給食委員の皆さんが給食に関するクイズ等を実施し、名護第二給食センターでは調理の様子を動画等で紹介する予定です。名護中3年生のリクエストメニューは2月に取り入れられます。お楽しみに♪	