

令和3年度 1月献立予定表

牛乳は全てにつく

福島県立いわき翠の杜高等学校・夜間

月	火	水	木	金
10日 成人の日	11日 ポークカレー 白菜のコールスローサラダ ベビーチーズ	12日 けんちんうどん レバーのかりんとう揚げ パイナップル	13日 ご飯 魚のカレー南蛮漬け 小松菜の煮浸し 味噌汁	14日 コッペパン マーガリン 鶏肉の照り焼き カントリーサラダ わかめスープ
17日 ご飯 がんもどきの春巻き ピーナツ和え 味噌汁	18日 ご飯 大根の梅煮 ごま和え 味噌汁	19日 あんかけ焼きそば しそ餃子 ブロッコリーのおかか和え みかん	20日 ご飯 魚の唐揚げ わかめと春雨の酢の物 味噌汁	21日 コッペパン 煮込みハンバーグ 温野菜サラダ トマトスープ
24日 ご飯 ひじき海苔 メープルサーモン西京焼き 白菜の塩昆布和え 味噌汁	25日 魚の蒲焼き丼 ひじき入りエスニックサラダ わかめスープ サイダーゼリー 卒業生!クエストメニュー	26日 ご飯 焼き魚(塩鯖) ほうれん草とひじきのごま和え 根菜汁	27日 ご飯 タンドリーチキン 切り干し大根の梅風味サラダ 味噌汁	28日 ぎんなんご飯 凍み豆腐の中華風卵とじ 白菜のおひたし 味噌汁
31日 ご飯 麻婆豆腐 シルバーサラダ 味噌汁				

1月24日～1月30日は「全国学校給食週間」です

日本の学校給食は、明治22年に始まって以来、各地に広がっていきましたが、戦争の影響などによって中断されました。

戦後、食糧難による児童の栄養状態の悪化を背景に学校給食の再開を求める国民の声が高まるようになり、米国のLALA（アジア救済公認団体）から、給食用物資の寄贈を受けて、給食が再開されました。

昭和21年12月24日に、東京都内の小学校でLALAからの給食用物資の贈呈式が行われ、それ以来、この日を学校給食感謝の日と決めました。

12月24日は学校が冬休みのため、1ヶ月遅れて1月24日から1週間を「全国学校給食週間」としています。

今月の平均栄養摂取量

エネルギー	タンパク質	脂質	カルシウム	鉄	食塩相当量
779 kcal	30.9 g	25.9 g	410 mg	4.6 mg	2.9 g