

令和5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
8日 成人の日	9日 冬期休業	10日 ポークカレー 白菜のコールスローサラダ <small>※りんご抜き</small> ベビーチーズ 始業式	11日 ご飯 魚のカレー南蛮漬け ほうれん草の白和え 味噌汁	12日 コッペパン タンドリーチキン <small>※厚揚げのカレー醤油焼き</small> 切り干し大根のサラダ わかめスープ
15日 ご飯 麻婆白菜 豆腐と小松菜のナムル 卵スープ	16日 ご飯 タットリタン <small>※豆腐使用</small> ごま和え 味噌汁	17日 クリームスパゲッティ <small>※豆腐使用</small> チーズコロッケ みかん	18日 ご飯 マスタードチキン <small>※厚揚げ使用</small> わかめと春雨の酢のもの <small>※胡瓜抜き</small> トマトと卵の中華スープ <small>※野菜だし使用</small>	19日 チキンライス <small>※ウインナー使用</small> 野菜のマリネ <small>※胡瓜抜き</small> もずくスープ
22日 ご飯 県産カジキカツ 大根サラダ 味噌汁	23日 中華丼 <small>※野菜だし使用</small> 蒸し餃子 味噌汁	24日 かけそば 野菜の天ぷら <small>※ちくわ使用</small> りんご <small>※ハチミツレモンゼリー</small>	25日 わかめご飯 あじフライ きんぴらごぼう けんちん汁	26日 ご飯 ポトフ <small>※ウインナー使用</small> ひじき入りエスニックサラダ アーモンドフィッシュ
29日 ご飯 チキン南蛮 <small>※豆腐使用</small> 切り干し大根のサラダ(中華風) 味噌汁	30日 大豆ミートカレー 小松菜とピーマンのおかか和え プリン	31日 あんかけ焼きそば おからコロッケ バナナ <small>※ハチミツレモンゼリー</small>		

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週間で「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
819 kcal	33.6 g	29.4 g	431 mg	4.2 mg	2.6 g