

1月



# 盛付表

令和8年1月 朝霞市学校給食センター（中学校）

## 1月の目標

## 学校給食の意義を知ろう



## 盛り付け例

副菜

主菜



主食



汁物

9 (金)

新春デザート



れんこんの金平



煮魚



ご飯



雑煮

12 (月)

## 成人の日



13 (火)

タルタルソース



みかん



ぶどうパン



鮭のレモンフライ

にんじんの  
米粉ポタージュ

14 (水)



キムタクご飯の具



ご飯

とり肉の  
山賊焼き

大根のみそ汁

15 (木)



フルーツ杏仁



中華麺

ボークしゅうまい  
3個

魚介豚骨ラーメン

16 (金)



ひじきの煮物



ご飯

いわしの  
カリカリフライ 2本

ほうとう汁

19 (月)



りんご



けいちゃん



ご飯



すったて汁

20 (火)



コーンソテー



ツイストパン

レバーフランクフルトの  
ソースかけ冬野菜の  
米粉シチュー

21 (水)



みかん



わかめご飯

中濃ソース  
黒はんぺんフライ

とん汁

22 (木)



根菜のサラダ



地粉うどん



おにまんじゅう



みそ煮込み風うどん

23 (金)

切干大根の  
炒め煮

もち麦ご飯



鮭の塩焼き



すいとん

26 (月)



りんご

かえり煮干しと  
大豆の揚げ煮

発芽玄米入りご飯

ほうれん草入り  
ビーフカレー

27 (火)

いちごジャム

ハムと  
キャベツのサラダ

コッペパン



ポテトコロッケ

米粉マカロニの  
スープ

28 (水)

里芋といかの  
煮物

ご飯



さばの竜田揚げ

とうふとわかめの  
みそ汁

29 (木)



はっさく



ソフト麺



ミートソース



コンソメスープ

30 (金)

キャベツの  
中華炒め

ご飯



たこメンチカツ

中華風卵入り  
コンソメスープ

食缶やおかず入れは、熱いので中身が出ないように気をつけて運びましょう。(やけどに注意)