



盛付表

令和6年1月 朝霞市学校給食センター（中学校）

<p>1月の目標</p> <p>健康な体作りと給食の役割について考えよう</p>	<p>盛り付け例</p> <p>副菜 主菜</p> <p>主食 汁物</p>	<p>10 (水)</p> <p>細切り昆布の炒め煮 とり肉の香味だれ</p> <p>ごはん 雑煮</p>	<p>11 (木)</p> <p>フルーツ寒天 いかのカレーマヨネーズ焼き</p> <p>中華麺 台湾ラーメン</p>	<p>12 (金)</p> <p>ごぼうの唐揚げ チーズタッカルビ</p> <p>ごはん わかめスープ</p>
<p>15 (月)</p> <p>切干大根のピリ辛炒め あじの米粉フライ</p> <p>ごはん 白菜と豆腐のみそ汁</p>	<p>16 (火)</p> <p>チリコンカン とり肉のオニオンソースがけ</p> <p>ツイストパン 米粉マカロニのスープ</p>	<p>17 (水)</p> <p>野菜の塩昆布和え ほっけの一夜干し</p> <p>ごはん とん汁</p>	<p>18 (木)</p> <p>いよかん ポークしゅうまい3個</p> <p>ソフト麺 富士つけナポリタン</p>	<p>19 (金)</p> <p>フルーツミックス 春巻</p> <p>ごはん 中華丼</p>
<p>22 (月)</p> <p>りんご 焼きウィンナー2本</p> <p>もち麦ごはん ひき肉カレー</p>	<p>23 (火)</p> <p>ポイルキャベツ じゃお ポテトコロッケ</p> <p>キャベツとコロッケをはさんで食べてね</p> <p>コッペパンスライス にんじんポタージュ</p>	<p>24 (水)</p> <p>ナシゴレンの具 とり肉のバーベキューソースがけ</p> <p>ごはん ソトアヤム</p>	<p>25 (木)</p> <p>青菜のごま和え おにまん</p> <p>地粉うどん カレー南蛮</p>	<p>26 (金)</p> <p>きんぴらごぼう チキンのポテトカツ</p> <p>ごはん 玄米だんご汁</p>
<p>29 (月)</p> <p>けいちゃん きびなごのカリカリフライ 3本</p> <p>ごはん みぞれ汁</p>	<p>30 (火)</p> <p>ハムと白菜のゆずドレッシングサラダ トマトソースがけ</p> <p>こどもパンスライス コーン入り卵スープ</p>	<p>31 (水)</p> <p>いよかん ちくわの天ぷら</p> <p>ごはん かしわのひきすり</p>	<p>1月24日から30日は全国学校給食週間です!</p>	

☆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)