

## 1月献立予定表

湯沢市学校給食センター

めあて：学校給食について理解を深めよう

月	火	水	木	金
	 <p>1/24～1/30は 「全国学校給食週間」です</p> <p>明治22年(1889年) 日本初の給食</p> <p>※はしは洗って毎日持ってきてましょう。</p> <p>※献立は、物資の都合等により変更になる場合があります。</p>		14	15
19	20	21	22	23
ごはん 牛乳 いわしのオレンジ煮 高野豆腐の五目煮 白菜のみぞ汁	ごはん 牛乳 油淋鶏 ナムル わかめと大根のみぞ汁	パワー出る 健康第一 山田飯	きつねうどん タラのパン粉焼き ポテトサラダ りんご	ごはん 牛乳 鮭の塩焼き 切り干し大根の煮物 なめこのみぞ汁
26	27	28	29	30
ごはん 牛乳 麻婆豆腐 大根サラダ キャベツと油揚げのみぞ汁	ごはん 牛乳 さばのみりん醤油焼き せり蒸し 納豆汁	コップパン とりにく 鶏肉のマーマレード焼き コールスローサラダ ミネストローネ	ごはん 牛乳 あじフライ (パックソース) ごまあえ	ごはん 牛乳 赤魚の照り焼き 肉じゃが 白菜と豆腐のみぞ汁

湯沢西小  
6年1組 名前 佐藤 夏芽

さんの献立

1月22日(木)

- ごはん
- 牛乳
- 鮭の塩焼き
- 切り干し大根の煮物
- なめこのみぞ汁



魚を主菜にして和食の献立を立ててくれました。切り干し大根は生の大根とは違う食感が楽しめる食材で、昔から保存食として親しまれてきました。

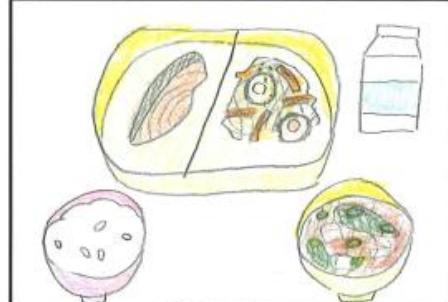
洋食が好きな人も多いですが、無形文化遺産にも登録された「和食」をこれからも大事にしたいですね。

テーマ：秋の和風メニュー

工夫したところ

- ・洋食だけでなく、和食も食べてもらう。
- ・バランスよい食事
- ・鮭とご飯が合う。

完成図



《ふりかえり》

毎日食べている給食は、栄養士の人たちがよく考えてつくってくださっていると知った。

