

月

火

水

木

金

2月分給食の申込み

1月20日(金)まで

※7日前(土日祝除く)の午後1時まで変更が可能です。

給食費の引落日

【3月分】1月6日(金)

カレンダーマークについて

食物アレルギーに関する情報を表示しています。※飲用乳は除く



…食物アレルギー対応食を提供する日です。

- 卵 牛乳 小麦 えび
- 牛肉 いか オレンジ
- さけ さば ゼラチン
- 大豆 鶏肉 豚肉
- もも りんご ごま



ごはん
鶏肉のスパイシーから揚げ
洋風きんぴらごぼう
ひじきのサラダ
かぶのスープ
牛乳



ごはん
豚肉とキャベツのスタミナ炒め
いかのかりん揚げ
フルーツ杏仁
ほうれん草ときくらげのスープ
牛乳



ごきつねずし
白身魚の竜田揚げ
大根のごま酢和え
きなこ豆
じゃがいものみそ汁
牛乳



カツカレー 福神漬
ゆで野菜のドレッシング和え
さつまいもの甘煮
ジョア ブルーベリー



ごはん
さばの甘辛焼き ポイルキャベツ
生揚げのケチャップ煮
白菜のサラダ
淡雪汁
牛乳



ごはん
筑前煮
華風和え
高野豆腐のから揚げ
大根のみそ汁
牛乳



くろパン マーメレードジャム
鮭のきのこバターソースかけ
ジャーマンポテト
ブロッコリーのサラダ
ABCスープ
牛乳



ごはん
豆腐ハンバーグトマトソース
和風パンネ
カニかまサラダ
コーンスープ
牛乳



ごはん
さわらのゆず味噌かけ
塩肉じゃが
生姜ドレッシングサラダ
かきたま汁
牛乳



揚げパン
ポトフ風煮
ミートパンネ
ポパイサラダ
牛乳



ごはん
チーズコロッケ
コールスローサラダ
切干し大根のカレー炒め
小松菜のみそ汁
牛乳



ごはん
生揚げの五目炒め煮
ごまのり和え
鶏ささみのレモン煮
わかめスープ
牛乳



チャーハン
たらのごま揚げ
和風チャブチエ
オレンジ
トックスープ
牛乳



ごはん
カレー肉じゃが
大根サラダ
揚げしゅうまい
もやしのみそ汁
牛乳



ビビンバ丼
竹輪の磯辺揚げ
切干し大根のはりはり漬け
五目スープ
牛乳



ごはん
白身魚の和風ドレッシングかけ
キャベツのごま和え
五目豆
里芋のみそ汁
牛乳



天皇誕生日



コーンライス
鶏肉のプロヴァンサルソースかけ
ポテトサラダ
ブロッコリーとえびのソテー
白菜とベーコンのスープ
牛乳



ごはん
鶏肉と野菜のうま煮
わかめのサラダ
小魚のいり煮
豆腐のみそ汁
牛乳



いりこ菜めし
銀鮭の照り焼き
さつまいもと昆布の煮物
デコボン
キャベツのみそ汁
牛乳

好き嫌いを克服して、味覚の幅を広げよう！！

好きなものばかり食べて、苦手のものを残してはいませんか？
いろいろな食材や味を体験することは、栄養を摂取するだけでなく、味覚の発達にもつながります。
中学生のみなさんの味覚や食べる意欲は日々変化しています。昨日まで食べられなかったものが、今日はおいしく感じるかもしれません。また、友達と一緒に食べられた！とか、調理法を変えたらおいしかった！というように、ほんの少しのきっかけで克服できることもあるので、あきらめずにチャレンジしてください！



いろいろなものを食べられた方がこれから先も楽しいよ！

食物アレルギー対応食

カツカレー (→卵・バター抜き)

くろパン・マーメレードジャム(→ごはん) 鮭のきのこバターソースかけ(→鮭のきのこソースかけ)

豆腐ハンバーグトマトソース (→卵抜き) コーンスープ (→スキムミルク・バター・生クリーム抜き)

かきたま汁 (→竹輪のすまし汁)

揚げパン (→ごはん)

チーズコロッケ (→コロッケ)

チャーハン (→炒り卵抜き)

給食予約システムはQRコードからアクセスできます

