

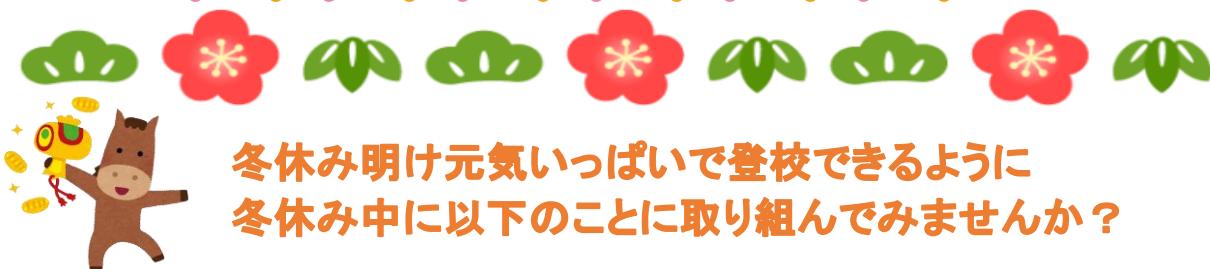
# いただきます



2026年度1月号



新年あけましておめでとうございます。  
今年度も、残すところあと3か月となりました。  
引き続き、毎日の給食時間が待ち遠しくなるような、  
魅力ある給食作りに努めていきたいと思います。  
本年もよろしくお願い致します。



冬休み明け元気いっぱいで登校できるように  
冬休み中に以下のことに取り組んでみませんか？



みなさんの今年1年の  
がんばりたいこと・とりくみたいことを  
かいてみましょう！！





月	火	水	木	金
		<b>14日 えりなし</b> ごはん みそ汁 厚揚げのみそ炒め クレープ 牛乳	<b>15日</b> パン パンプキンポタージュ ナゲット ピリ辛和え 牛乳	<b>16日</b> ごはん みそ汁 ぎょうざ しらたき炒め 牛乳
19日	ごはん みそ汁 ハンバーグ マカロニサラダ 牛乳	<b>20日 中岬トレイ</b> ラーメン 塩スープ 中華和え パイン 牛乳	<b>21日</b> わかめごはん みそ汁 からあげ レンコンサラダ 牛乳	<b>22日</b> パン ビーフシチュー チーズいももち 大根サラダ 牛乳
豆腐いも人参ねぎわかめマカロニ ちくわきゅうり	めん(卵)人参メンマチャーシュー もやしハムほうれん草ねぎキャベツ	豆腐玉ねぎほうれん草ねぎ人参 きゅうりさやみレンコン	牛肉バターいも人参玉ねぎキャベツ 大根ささみきゅうりいももち(卵乳)	いもごぼう大根人参あげキャベツ きゅうり鮭
⑩620kcal⑩21.8g⑩20.3g	⑩563kcal⑩23.7g⑩20.1g	⑩682kcal⑩34.5g⑩20.3g	⑩528kcal⑩23.1g⑩26.9g	⑩601kcal⑩22.3g⑩17.9g
26日	<b>27日 小庶トレイ</b> ごはん キムチ汁 鶏ごま照り焼き ごぼうサラダ 牛乳	<b>28日</b> うどん 五目汁 いなり寿司 ぶどうゼリー 牛乳	<b>29日</b> ドライカレー 豚しゃぶサラダ プリンタルト 牛乳	<b>30日</b> パン ミネストローネ チキンカツ ブロッコリーサラダ 牛乳/ゆずゼリー
豚肉キムチしめじ人参豆腐ねぎ ごぼうきゅうりキャベツ	豚肉まるてん玉ねぎ人参舞茸 ねぎわかめ	ひき肉人参玉ねぎピーマンコン バター豚肉キャベツきゅうり	いも人参ベーコンバター トマトささみマカロニブロッコリー	鶏肉大豆たけのこいも人参大根 ベーコンきゅうりツナ豚肉ごぼう
⑩639kcal⑩27.7g⑩22.2g	⑩689kcal⑩26.1g⑩18.2g	⑩575kcal⑩21.2g⑩14.4g	⑩662kcal⑩22.7g⑩33.5g	⑩673kcal⑩26.4g⑩26.0g



1月29日はミネストローネ！

この日はマカロニが入っています  
 いつもとは違うマカロニを使うので、  
 ぜひマカロニの形に注目してみてください★

