

月	火	水	木	金
---	---	---	---	---

*** 1月の給食目標 ***
感謝の気持ちで食事をしよう



戦後に学校給食が再開されたことを記念して、全国で学校給食の意義や役割について考え、理解や関心を深めるための週間です。
寺井中学校では、校内の給食献立コンクール「給食部賞」の献立や、郷土料理、地場産物を使った献立を取り入れています。

8 鶏肉の唐揚げ

わかめご飯 炒めなます 白玉雑煮

11 **成人の日**

12 牛乳

親子どんぶり 豆乳ごま汁

13 めぎすの唐揚げ 2尾

ごはん れんこんきんぴら あんかけうどん

14 牛乳

チキンカレー フルーツフルフル

15 ポテトチーズ焼き

ミルクロール 小松菜ソテー ABCマカロニスープ

18 さばの塩焼き

ごはん 小松菜の磯香あえ 大根と里芋のそぼろ煮

19 牛乳

ツナ卵ひじきご飯 とり野菜汁

20 牛乳

ごはん 春巻き ナムル 麻婆豆腐

21 牛乳

ごはん 白身魚と大豆のチリソース ワンタンスープ

22 ハニーマスタードチキン

ミルクロール ブロッコリーサラダ クラムチャウダー

25 牛乳

ごはん 豚肉と加賀丸いもの国造ゆずソースからめ ましたけと卵のスープ

26 牛乳

ごはん 石川県産いかのサラダ 能登牛のビーフストロガノフ

27 牛乳

ごはん 石川県産ハタハタの天ぷら 2尾 ルビーロマンゼリー 源助大根の即席漬け 治部煮風

28 牛乳

ごはん れんこんとさつまいもの甘辛焼き 校内給食献立コンクール 給食部賞献立 源助大根とねぎのみそ汁

29 牛乳

米粉パン オムレツ スパゲティミートソース 地元野菜のポトフ

地場産物ってなに？
 自分たちが住んでいる能美市または、石川県で収穫されたもののことです。能美市は、ゆずや丸いも、ましたけ、大根、キャベツ、ほうれん草、小松菜、米などの地場産物があり、給食でこれらを使用したメニューが登場します。石川県の地場産物、能登牛、するめいか、ハタハタ、ブロッコリー、ねぎ、れんこん、五郎島金時、ルビーロマンのゼリーなどもメニューに取り入れています。

校内給食献立コンクール
 給食献立コンクールに応募してくれたみなさんの献立の中から、給食部員で『給食部賞』を選びました。地場産物を使用した献立であることや、給食で調理できるもの、栄養のバランス、彩りなどを考えられているものを審査しました。
 『給食部賞』に選ばれた献立は、1年6組 佐藤 匠さんが考えた献立です。給食用に少しアレンジされていますが、今月の給食に登場するので楽しみにしてください。