

1月

よていにこんだてもいつけひょう

📍 スクールミールがしやま・なかむらみなみ・くどう



9 マセドアンサラダ
じゃこのごまがらめ

りんご

麦ごはん みそおでん

10 ふかしいも
こまつなのナムル

ごはん ぶたどん

11 ごまあえ
きびなごのフライ

みかん

ごはん 白菜たっぷりのおやこみそ汁

12 トスサラダ
キウイフルーツ

麦ごはん チキンカレー

15 はくさいと りんごのサラダ
とりのてりやき

ミニトマト

ごはん 緑黄色野菜ときのこたっぷりのみそ汁

16 ちゅうかサラダ
みかん

麦ごはん はっほうさい

17 キャベツの土佐ゆずあえ
ぶりのしおやき

ごはん とりにくとだいこんのあまからに

18 きんときにまめ
だいこんとツナのあえもの

バナナ

ごはん カレーいりどうふ

19 しょくいくの日こんだて
こまつなのおかかあえ
魚のゆずふうみ たつたあげ

ぼんかん

げんまいごまごはん けんちん汁

22 はるさめサラダ
とうふステーキ

まんてんだいず

ごはん とんじる

23 えのきの おひたし
ちくわのかわりあげ (小2コ・中3コ)

オレンジ

麦ごはん ほしだいこんのたまごじ

24 全国給食開始こんだて
そくせきづけ
さけのしおやき

のり

ごはん (セルフおにぎり) みそ汁

25 ブロッコリーサラダ
てばもとのオープンやき (小1コ・中2コ)

みかん

ごはん ポークビーンズわかめごはん たまごスープ

26 東山小リクエストこんだて
元気サラダ わふうからあげ (小2コ・中3コ)

クレープ

ごはん たまごスープ

29 四万十丸ごとこんだて
キャベツの 四万十青のり
ぶしゆかんあえ コロッケ

ぼんかん

ごはん まごのやさしいおみそ汁

30 高知の食べ物いっぱい入っちゃう日
おひたし
かつおのこまだれかけ

ゆずゼリー

ごはん ぐるに

31 ごほうサラダ
ぶんだん

麦ごはん ハヤシライス

せんさく がっさうめいしゅうかん
1月24日～30日は全国学校給食週間です。
四万十市では24日～30日までの1週間に、
いろいろなこんだてを実施します。

