

1月の献立



*季節の食材 … ほうれんそう、小松菜、うまかろーま、かつお菜、ブロッコリー
だいこん、キャベツ、かぶ、はくさい、みずな
*地場産食材 … ほうれんそう、小松菜、うまかろーま、かつお菜、ブロッコリー
だいこん、キャベツ、かぶ、みずな、たけのこ、わかめ、じゃがいも

中学校【若松・八幡東・八幡西・戸畑区】

月	火	水	木	金
<p>1月24日から30日までは、 全国学校給食週間です。</p> <p>毎月19日は 食育の日</p> <p>20日 韓国風いりこの佃煮（ミョルチポックム）</p>				
<p>12 成人の日</p>	<p>13 遠賀町の献立</p> <p>あさりと野菜のごま酢和え</p> <p>納豆(たれ付)</p> <p>とりすき</p> <p>牛乳</p> <p>ご飯</p>	<p>14 若松潮風キャベツのコールスロー</p> <p>黒豆きなこクリーム</p> <p>ホキのコロコロカレーニエル</p> <p>ポークビーンズ</p> <p>牛乳</p> <p>胚芽パン</p> <p>ご飯</p>	<p>15 カミカミ献立</p> <p>黒豆</p> <p>紅白なます</p> <p>お魚ふりかけ</p> <p>豚肉とじゃがいもの含め煮</p> <p>牛乳</p> <p>ご飯</p>	<p>9 行事食 鏡開き</p> <p>きんとん</p> <p>ご飯に混ぜます</p> <p>白玉雑煮</p> <p>牛乳</p> <p>ツナと凍り豆腐の混ぜご飯</p>
	<p>19 食育の日 和食献立 筑前煮</p> <p>わかさぎの香味揚げ</p> <p>かぶとうまかろーまのみそ汁</p> <p>牛乳</p> <p>ご飯</p>	<p>20 ワールドツアー2025（韓国）韓国風いりこの佃煮</p> <p>ヤンニョム炒め</p> <p>キムチチゲ</p> <p>牛乳</p> <p>ご飯</p>	<p>21 お楽しみ献立</p> <p>キャベツソテー</p> <p>ミニあまおういちごゼリー</p> <p>コロコロ照り焼きチキン</p> <p>ブロッコリーのチャウダー</p> <p>牛乳</p> <p>ご飯</p>	<p>16 大学コラボ献立(九州女子大学)</p> <p>ヨーグルト</p> <p>ミートローフにトマトソースをかけます</p> <p>おからミートローフ</p> <p>牛乳</p> <p>パン</p> <p>ミックスジャム</p> <p>マカロニ豆乳スープ</p>
<p>26 ゆで野菜サラダごま風味</p> <p>ゆで卵</p> <p>だいこんカレー(麦ご飯)</p> <p>ご飯にかけます</p> <p>牛乳</p> <p>ご飯</p>	<p>27 野菜のアーモンド炒め</p> <p>いわしのみりん干し</p> <p>藍島産わかめ入りかやくうどん</p> <p>牛乳</p> <p>減量ご飯</p>	<p>28 日本全国味めぐり（山形県）</p> <p>小松菜のたくあん炒め</p> <p>ご飯にのせます</p> <p>いも煮</p> <p>牛乳</p> <p>鮭そぼろご飯</p>	<p>29 北九州市・福岡県の郷土料理</p> <p>磯香和え</p> <p>さばのじんだ煮</p> <p>だぶ</p> <p>牛乳</p> <p>ご飯</p>	<p>23 野菜の日献立</p> <p>アーモンドいりこ</p> <p>中学生レシピコンクール献立</p> <p>厚揚げの彩りチーズ焼き</p> <p>冬野菜のポトフ</p> <p>牛乳</p> <p>ご飯</p> <p>穀物ふりかけ</p>
				<p>30 コンソメポテト</p> <p>チョコ大豆クリーム</p> <p>チーズ入りスクランブルエッグ</p> <p>豆と野菜のスープ</p> <p>牛乳</p> <p>パン(県産小麦粉)</p>