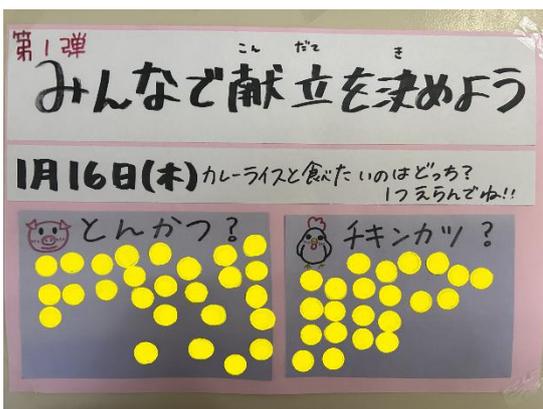




# 令和6年度 1月給食献立表

舞鶴市立吉原小学校

(米飯)	(加工ご飯)	(加工パン)	(麦ごはん)	(規格パン)
今月の給食目標 給食に関わってくれている人達に感謝しよう！		 <b>今月の舞鶴産の魚</b> 22日 アジ 24日 わかめ 29日 シイラ   		10日 (金) ・ココア揚げパン ・ほうれん草のソテー ・卵スープ エネルギー 643Kcal たんぱく質 23.3g カルシウム 359mg
13日 (月)	14日 (火)	15日 (水)	16日 (木)	17日 (金)
 成人の日 ・佐波賀だいこん チャーハン ・焼きぎょうざ ・春雨スープ エネルギー 578Kcal たんぱく質 18.2g カルシウム 317mg	・黒糖パン ・ポトフ ・舞鶴産抹茶の野菜チップス エネルギー 636Kcal たんぱく質 22.2g カルシウム 319mg	・カレーライス ・とんかつ エネルギー 807Kcal たんぱく質 26.3g カルシウム 293mg	・ミートサンド ・白菜のクリームスープ エネルギー 595Kcal たんぱく質 29g カルシウム 340mg	
20日 (月)	21日 (火)	22日 (水)	23日 (木)	24日 (金)
・米飯 ・筑前煮 ・実だくさんのみそ汁 エネルギー 597Kcal たんぱく質 21.9g カルシウム 329mg	・ウズベキスタン風ピラフ ・コーンサラダ ・ガロフ風スープ エネルギー 589Kcal たんぱく質 19.5g カルシウム 266mg	・全粒粉パン ・アジフライ ・キャベツ ・冬野菜スープ エネルギー 614Kcal たんぱく質 29.6g カルシウム 329mg	・麦ごはん ・豚肉とごぼうのかりん揚げ ・かきたま汁 エネルギー 649Kcal たんぱく質 26.5g カルシウム 301mg	・小型パン ・舞鶴わかめうどん ・ごぼうサラダ エネルギー 602Kcal たんぱく質 24g カルシウム 348mg
27日 (月)	28日 (火)	29日 (水)	30日 (木)	31日 (金)
・米飯 ・肉じゃが ・ひじきの煮物 エネルギー 673Kcal たんぱく質 22.1g カルシウム 307mg	・京田ごはん ・鶏肉のつくね ・白菜のみそ汁 エネルギー 662Kcal たんぱく質 29.8g カルシウム 351mg	・バターパン ・シイラの舞鶴抹茶マヨネーズ焼き ・水菜のハリハリスープ エネルギー 649Kcal たんぱく質 32.1g カルシウム 362mg	・麦ごはん ・鮭のちゃんちゃん焼き ・すまし汁 ・味付けのり エネルギー 543Kcal たんぱく質 26.7g カルシウム 310mg	・規格パン ・ポークビーンズ ・コールスローサラダ エネルギー 585Kcal たんぱく質 26.7g カルシウム 321mg



全校で1月16日(木)の献立を決めてみました  
 カレーと食べるなら、とんかつ? or チキンかつ?  
 でアンケートを取りました。  
 結果は26対22でとんかつに決定しました!  
 2月3月にもアンケート入れていくので  
 楽しみにしていてください!

