

1月 もりつけ表

令和7年度
氷見市立十三中学校

月	火	水	木	金
 			8  <p>鶏の唐揚げ 紅白なます</p>    <p>白玉汁</p> <p>ご飯</p>	9  <p>ポテトカップグラタン コーンサラダ</p>    <p>シチュー</p> <p>コッペパン</p>
12  <p>成人の日</p>	13  <p>メンチカツ 小松菜のしそごまあえ</p>    <p>さつま汁</p> <p>ご飯</p>	14  <p>コーンシュウマイ ごま酢和え</p>    <p>マーボー豆腐</p> <p>ご飯</p>	15  <p>赤魚のたれがけ 小松菜のコーンあえ</p>    <p>卵と豆腐の中華スープ</p> <p>ご飯</p>	16  <p>チキンナゲット 海藻サラダ</p>    <p>クリームスープパスタ</p> <p>コッペパン</p>
19  <p>ドライカレーの具 焼きポテト</p>    <p>野菜スープ</p> <p>ご飯</p>	20  <p>豚肉と春雨の中華炒め ポテトサラダ</p>    <p>わかめスープ</p> <p>ご飯</p>	21  <p>卵のベーコン巻き バンサンスー</p>    <p>ピリ辛みそ鍋</p> <p>ご飯</p>	22  <p>いわしの梅煮 小松菜と切り干し大根のひたし</p>    <p>すき焼き煮</p> <p>ご飯</p>	23  <p>春巻 ごぼうサラダ</p>    <p>ミネストローネ</p> <p>コッペパン</p>
26  <p>ひみコロかき揚げ れんこんのごまみそ和え</p>    <p>ばち汁</p> <p>五穀米ご飯</p>	27  <p>チーズオムレツ フレンチサラダ</p>    <p>ミートソース</p> <p>ロールパン・ソフト麺</p>	28  <p>みかん ビビンバの具 ナムル</p>    <p>中華スープ</p> <p>ご飯</p>	29  <p>いちごジャム コロッケ ゆで野菜</p>    <p>コンソメスープ</p> <p>コッペパン</p>	30  <p>ウインナー ヨーグルトサラダ</p>    <p>ポークカレー</p> <p>麦ご飯</p>

令和7年度の給食週間のテーマ「未来に向かって～プレイバック昭和100年」

2026年は昭和元年(1926年)から起算して満100年ということで、27日～30日は昭和の各年代の給食を再現した献立です。

26日は、世界自然保護基金が発表した「未来の食材50」(Future 50 Foods)を使用した献立です。栄養価が高く、環境負荷が少なく、気候変動に強く、入手しやすく、生産過程での人権リスクが低いといった基準で選ばれた50種類の食材です。その中でもキヌア・ごま・シコクビエ・ほうれん草・れんこん・チンゲン菜・ごま・えのき・わかめ・大豆を献立に取り入れています。