



今月は第一中学校の生徒が優秀賞を受賞された「スパゲッティナポリタン」が登場します！その他、リピート料理もチェックしてください。



2日の卒業お祝い献立は、多くの生徒さんからリピート希望をいただいた「鶏肉のから揚げ」です。その他、初登場の「きつねうどん」や「フォカッチャ」もあります。最後まで給食を楽しんでください。



お申込みについて
 マークシートで給食を申し込む場合は2月15日(月)の給食時間までに配膳室に提出してください。
 予約システム(パソコン、スマートフォン、携帯電話)での申し込みは、通常通り7日前までです。

1日(月) きつねうどん

- ごま鮭ごはん(小盛) ・ えびと野菜の天ぷら
- 五目煮

2日(火) 鶏肉のから揚げ **リピート**

- 赤飯 ・ キャベツソテー
- えびとじゃがいものチリソース炒め
- 白菜のゆかり和え ・ 花ふのすまし汁
- ジョア(ストロベリー)

3日(水) ちらし寿司

- さばの甘辛だれ ・ ごぼうの煮物 ・ 小松菜炒め
- 三色花ゼリー

4日(木) 照焼チキン

- 黒糖パン ・ 水菜の和風スパゲティ ・ かぼちゃのサラダ
- 抹茶のプッシュュー ・ コーンポターージュ

5日(金) あじの香草パン粉焼き

- きのこ野菜のソテー ・ フライドポテト
- フルーツ白玉 ・ 和風トムヤムクン

8日(月) さわらの西京焼き

- 中華風おこわ ・ じゃがいものごま揚げ
- ハムと野菜のからし酢 ・ チーズブチアルト
- わかめスープ

9日(火) スパゲッティナポリタン **リクエスト優秀賞**

- フォカッチャ ・ ししゃものかりん揚げ
- ごぼうと豆のサラダ ・ クリームシチュー

10日(水) マーボーじゃが

- 大根とじゃこのカリカリサラダ
- 杏仁豆腐 ・ 豆腐のすまし汁

11日(木) サバカレー

- 麦ごはん ・ オムレツ ・ 粉ふきいも
- キャベツとハムのサラダ ・ パイン缶
- ジョア(プレーン)

祝 卒業式

15日(月) 混ぜたらチキンライス

- 牛肉コロッケ ・ キャベツのカレーソテー
- 黄桃缶 ・ 卵のスープ

16日(火) 豆腐のチャンプル

- おでん ・ イカリングフライ

17日(水) フィッシュフライ

- ブロッコリーとトマトの炒め物 ・ 海藻サラダ
- 揚げ高野のパーベキューソース
- オニオンスープ ・ ジョア(マスカット)

18日(木) 酢豚風甘酢煮

- 高野豆腐の含め煮
- 菜の花のかつお和え

毎日、ご飯と牛乳(200ml)が付きます。主食が炊き込みご飯やパンなどの場合は献立名を表示します。

給食のときはおはしを忘れずに！スプーンがあると食べやすい日はスプーンマークを表示します。

3年生の皆さんへ
 給食を食べて巣立っていく皆さん、給食の色合い、分量、料理の組み合わせを思い出して、食事を選択してくださいね。健康に過ごされることを願っています！

第五中学校 栄養職員 安倍先生

