



# 1月こんだてカレンダー

市内産

とは、『三木市で作られた』という意味です。

中学校



月	火	水	木	金
 <p>春の七草</p> <p>覚えよう！</p>	<p>学校給食週間は、給食を通して食べ物 の大切さや、作ってくださる人への感謝 の気持ちを育てる一週間です。 身近な地域から世界のことまで、食を 通じて学ぶ一週間でもあります。</p> 			<p>和風 ドレッシング</p> <p>カリカリ じゃこサラダ</p> <p>チキンカレー</p> <p>市内産 にんじん・もやし</p>
<p>12</p>  <p>成人の日</p>	<p>13</p> <p>紅白なます</p> <p>ぶりの 塩焼き</p> <p>野菜雑煮</p> <p>市内産 大根・にんじん・白菜・青ねぎ</p>	<p>14</p> <p>鰹と大豆のごまがらめ</p> <p>味噌チゲ</p> <p>市内産 にんじん・もやし</p>	<p>15</p> <p>ビーフン炒め</p> <p>バタートッ パン</p> <p>小松菜の スープ</p> <p>市内産 にんじん・キャベツ</p>	<p>16</p> <p>みかん</p> <p>厚揚げの カレー炒め</p> <p>白菜のスープ</p> <p>市内産 にんじん・白菜・青ねぎ・マッシュルーム</p>
<p>19</p> <p>まごわやさしい献立</p> <p>ほうれん草の ごま和え</p> <p>鯖の 塩麹焼き</p> <p>さつまいもの味噌汁</p> <p>市内産 にんじん・もやし</p>	<p>20</p> <p>にんじんと コーンのソテー</p> <p>白身魚の 米粉フライ</p> <p>白菜の ミルクスープ</p> <p>市内産 にんじん・はくさい・マッシュルーム</p>	<p>21</p> <p>のり ふりかけ</p> <p>チンゲン菜とシラスの炒め物</p> <p>醤油ラーメン</p> <p>市内産 にんじん・キャベツ・青ねぎ</p>	<p>22</p> <p>飲むヨーグルト</p> <p>もやしの ソテー</p> <p>鶏肉の ガーリック焼き</p> <p>大豆とかぼちゃの 豆乳スープ</p> <p>市内産 にんじん・もやし</p>	<p>23</p> <p>家常豆腐</p> <p>卵入り サンラータン</p> <p>市内産 キャベツ・にんじん</p>
<p>学校給食週間 ～食で冬季オリンピックを盛り上げよう！！～</p>				
<p>【北海道】</p> <p>26</p> <p>いももち</p> <p>石狩汁</p> <p>市内産 大根・にんじん・青ねぎ</p>	<p>【イタリア】</p> <p>27</p> <p>ポロネーゼ</p> <p>大麦と豆の ズッパ</p> <p>市内産 にんじん・マッシュルーム・キャベツ</p>	<p>【アメリカ】</p> <p>28</p> <p>ミニ フィッシュ</p> <p>ジャンバラヤ</p> <p>コンソメスープ</p> <p>市内産 にんじん・キャベツ</p>	<p>【フランス】</p> <p>29</p> <p>ホキのマリネ</p> <p>じゃがいもの ポタージュ</p> <p>市内産 にんじん</p>	<p>【長野県】</p> <p>30</p> <p>リンゴタルト</p> <p>キムタク丼</p> <p>レタスと 春雨のスープ</p> <p>市内産 にんじん・青ねぎ</p>