

1月22日(月)～2月2日(金) ランチ給食サービス

¥250/1食 お箸は各自で用意しましょう

アレルギーー 麦 小麦 卵 卵 乳 乳製品 ヲハ そば
Eビ エビ カニ カニ ピ ピーナッツ

1月は 大利中生徒考案メニュー



22 (月)	栄養たっぷりのランチ給食で体調を整えよう🍀🌟	麦 卵
	ゆかりごまごはん 牛しぐれ煮 白身魚フライ (1食別れりーズ付) 炊合せ・キャベツと汁サラダ・サクッとこんぶ	

大利中生徒考案メニュー

23 (火)	免疫力を上げるために生姜をたっぷり使いました🍷❤	麦 卵
	ごはん 冬野菜の天ぷら (れんこんはさみ天・さつま芋天) さばの生姜煮 ふろふき大根 のりと青菜の和え物・ポテトサラダ	



和食DAY

24 (水)	和食が一番🍷味も栄養も満点🍷🍷🍷🍷	麦 卵 Eビ カニ
	21穀米 豚肉のみそ炒め 照焼きつくね串 白身魚のきのこあんかけ・千草焼き わらびもち	



ご当地ランチ ～北海道編～

25 (木)	北海道の料理を楽しもう🎵🎶	麦 卵 Eビ カニ
	ごはん ザンギ (北海道からあげ) 開拓丼 いかと野菜炒め かにかまとわかめのドレ和え・北海道黒豆	

ご当地ランチ ～福岡県編～

26 (金)	甘い豚すき煮でごはんがすすむ🎵🎶	麦 卵 乳
	ごはん 博多地鶏柚子みそメンチカツ 高菜スパゲティ・白菜とえのき煮 明太マヨサラダ あまおうバウムクーヘン	



食育DAY

29 (月)	正しい食生活を身につけよう🍷🍷	麦 卵 乳 Eビ
	菜飯 南瓜と挽き肉フライ アラビアータ・れんこんごま炒め えびボール煮・フレンチサラダ アーモンド入りとっとチーズ	

たくさんのおかずでごはんがすすむ🍷🍷

30 (火)	麦ごはん 焼肉・ドライカレー 白身魚の竜田揚げ ほうれん草とコーンのソテー コールスローサラダ フルーツミックス	麦 卵 乳
-----------	---	-------------



おすすめのタッカルビ🍷🍷いろいろな味が楽しめる🍷🎵

31 (水)	ごはん タッカルビ ちくわの磯辺揚げ けんちん煮・ひじきとアロカシアのサラダ チョコブラウニー	麦 卵 乳
-----------	---	-------------



★統一★ あったかい豚汁は絶品🍷🍷

1 (木)	ごはん チキンカツ (1食1-2付) 塩焼きそば・小松菜お浸し・南瓜煮 豚汁	麦
----------	---	---



★統一★とは、並盛・大盛が選べない260gの中盛りのご飯量になります

節分ランチ

2 (金)	鬼はそと～！福はうち～！昼食はランチ～!!	麦 卵
	ゆかりごま麦ごはん 牛すき煮 いわしフライ 節分炊合せ ドレッシングサラダ まめこんぶ	



【★統一★とは？】

2月1日のように **★統一★** のマークがついている日は、ご飯が並盛・大盛を選択することができない、中盛(260g)での統一ご飯量の日になります。覚えてくださいね！

【生徒考案メニュー！！】

1月は大利中(2年生)が考えてくれた栄養満点なすばらしいメニューを5回(1クラス1名選考)お届けしています。
2月は平野中学校の生徒考案メニューになります。同じ中学生が考えたメニューをたくさんの人に食べてほしいです！お楽しみに！

※アレルギーに関する詳しい情報は、大野城市教育委員会までお問い合わせください※
(特定原材料を含むメニューの特定やコンタミ等)

- 献立の内容は、食材仕入れの都合により変更することがあります。
- 献立表やランチ給食の写真も大野城市役所のホームページに掲載していますのでご覧ください。
- 魚料理は骨がある場合がありますので、気をつけてお召し上がり下さい。



大野城市教育委員会

ホームページ <https://www.city.onojo.fukuoka.jp>

