

# 1月 給食だよ!

令和5年12月13日  
岩見沢東高等学校定時制



冬は感染性胃腸炎が流行しやすいです。下痢や嘔吐の症状があるときは、受診して無理に登校しないよう注意してください。コロナ・インフル・ノロウイルスによる感染症予防のため、トイレの後、食事の前の手洗いをしっかり行いましょう。

月	火	水	木	金
 1月には、「あんこ」と「ホタテ」の無償提供がある予定なので、献立に取り入れました。 冬休み ~1/16		17 鶏唐マヨ丼★ 中華サラダ みそ汁  全校集会	18 ハンバーグ スパゲティ もやしのキムチ和え みそ汁	19 ミートスパゲティ★ 椎茸唐揚げ付き スープ 
22 豚汁★ たくあん マカロニサラダ ◎給食費納入日 2月分 4140円 (4年生 230円)	23 鶏唐揚げ★ キャベツソテー ほうれん草ごま和え みそ汁 	24 ホタテフライカレー 福神漬 	25 シチュー 麻婆大根 たくあん 	26 天ぷらうどん★ おしるこ 
29 豚肉生姜焼き もやしソテー きんぴらゴボウ みそ汁 4年生学年末考査①	30 焼カレー★ ヨーグルト  4年生学年末考査②	31 ホタテご飯 切り干し大根煮 みそ汁 4年生学年末考査③	 <p>メニューの画像は実際の給食とは異なる場合があります。ご了承ください。</p>	

**24日～30日は  
学校給食週間**

1月は、リクエストメニュー月間です(★印)。食材等のバランスがあるため、すべてのリクエストにお応えはできませんが、だいたいは取り入れて、みなさんの好きそうなメニューを多くしていますので、普段は給食をとっていない人も、1月だけ給食をとってみたいはいかがでしょうか?

今回入れられなかったリクエストも2月・3月に多少採用する予定です。

他に、今年度の給食メニューの人気投票や調理員さんへのメッセージ募集など、昨年と同じような企画を予定しています。

## 1月22日は カレーの日



1982年公益社団法人全国学校栄養士協議会が、学校給食週間の前に、子ども達に好まれていたカレーを全国の学校給食メニューとして提供を呼びかけたことにちなんでいます。

カレーに使われている何種類ものスパイスには消化を助け、血の巡りを良くするなどの効果があります。カレーの本場インドでは、体調によってスパイスの種類や配合を変えるのだそうです。