

# 1月給食だより

2026



岩見沢東高等学校定時制

月	火	水	木	金
19 冬休み 1月19日まで	20 全校集会 シチュー ★ きんぴらゴボウ	21 チキンカツ丼 みそ汁	22 ポークチャップ ポテトサラダ ★ みそ汁	23 チキンカレー ★ 福神漬
26 わかめごはん ★ 麻婆豆腐 たくあん みそ汁	27 鶏唐揚げ キャベツソテー もやしキムチ和え みそ汁	28 学年末考査4年3修制 鶏天丼 ★ みそ汁	29 学年末考査4年3修制 春巻 ★ 野菜炒め みそ汁	30 学年末考査4年3修制 ジャージャー麺 ★
				給食費納入日 2月分3910円

現在給食を停止している人たちへ

1月は9日分の給食費（普段より安い）なので、食べませんか？

ノロウイルス感染予防のため、食事の前には手洗いを忘れずに！

1月末は給食週間ということで、リクエストのあったメニューをできるだけ取り入れています。★今回入れることができなかったメニューも2月・3月に採用できるかもしれません。（1月は卒業生を優先しています）

他に、給食メニューの人気投票や調理員さんへのメッセージなどを例年のような企画を予定しています。

## 春の七草

1月7日は、春の七草を入れた七草がゆを食べる日。この日は「人日（じんじつ）の節句」です。1年の無病息災を祈り、その日の朝に七草がゆを食べます。

春の七草は「せり、なずな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな（かぶ）、すずしろ（大根）」が知られています。

七草がゆには、お正月にごちそうをたくさん食べて疲れた胃腸を休める、という役割もあります。

雪国では、ごぼう、にんじん、こんにゃく、いも、油揚げなど、その土地で冬によくとれる野菜や豆などを入れたりもするようです。

