

月		火		水		木		金																
13	 成人の日	14	 ・地場産だいこんカレー ・もやしのソテー ・ミニピーチゼリー 	15	 ・マーボー豆腐丼 ・こまつなのソテー ・わかめスープ	16	 ・ごはん ・白身魚フライ ・肉じゃが ・だいこんのみそ汁 	17	 ・食パン ・チョコクリーム ・とり肉のマーマレード焼き ・カラフルソテー  ・かぼちゃシチュー	小	731	22.1	小	606	23.5	小	614	22.1	小	723	30.3			
		中	910	26.9	中	754	28.8	中	804	28.6	中	940	39.8											
1月24日～30日 全国学校給食週間 にちなみ、もりよし学校給食センターでは20日～24日の5日間、日本各地の郷土料理や秋田県産食材を活用した献立が登場します！																								
20	 ・ジューシー ・あつやきたまご ・にんじんしりしり ・もずくのみそ汁 沖縄県のおいしい家庭の味	21	 ・ごはん ・さばのねぎみそ焼き ・にじゃこんぶ ・八戸せんべい汁  青森県・岩手県の郷土料理	22	 ・清流米ごはん ・男鹿産シイラのあますがらめ ・もやしにびたし ・けの汁  秋田県の食材もりもり給食	23	 ・キムタク丼 ・とうふの中華風スープ ・グレープゼリー 長野県で人気の給食メニュー	24	 ・ちゃんぽん ・ポーク&チキンのメンチカツ ・むらさきもチップス 長崎名物のめん料理	小	660	25.2	小	645	26.3	小	614	27.0	小	646	23.3	小	790	32.4
	中	793	29.2	中	809	31.6	中	780	33.4	中	807	27.0	中	985	40.4									
27	 ・ごはん ・とり肉の塩こうじ焼き ・ひじきのにつけ ・なめこのみそ汁 	28	 ・ごはん ・たらのみそマヨネーズ焼き ・ちくぜんに ・はだいこんのみそ汁	29	 ・ひき肉のカレー ・洋風きんぴらごぼう ・ぴぴぴチーズ	30	 ・ごはん ・ささみの香味ソース ・きりぼしにつけ ・ごまみそ汁	31	 ・コッペパン ・ハンバーグソースがけ ・ウィンナーソテー ・ABCスープ	小	647	27.3	小	668	26.3	小	735	22.4	小	618	25.8	小	597	25.6
	中	831	34.4	中	831	30.8	中	923	27.0	中	798	29.2	中	797	32.0									
 北秋田市のおいしい 食材をふんだんに取り 入れた献立を 提供しています。		★北秋田市のおいしさ 発掘！ (伊勢堂岱遺跡) ★太鼓判を押したく なるような給食を (大太鼓) ★頂きます！(森吉山)		 北秋田市のホームページで学校給食を紹介しています。		 米・清流米・もち米 じゃがいも・かぼちゃ はくさい・だいこん ねぎ・だいず ふき水煮・塩こうじ		献立中の数字は 左側がエネルギー (kcal) 右側がたんぱく質 (g) を表しています。 【基準値】		小	650	21.1~32.5	中	830	27.0~41.5									

*材料などの都合により、献立や食材の産地が変更になる場合があります。ご了承ください。
 *振替休業日や校外学習などによる欠食については、各校の行事予定表を確認してください。

