



平成30年1月 スクールランチ献立表



Main table containing daily school lunch menus, ingredients, and nutritional values. Columns include Date, Theme, Main Dish, Side Dish, Protein, and Energy/Fat/Protein content.

※かみかみ献立：★は、よくかんで食べてほしい献立です。かむことを意識して食べましょう。
※「リクエスト献立」「中3リクエスト献立」は、12月に実施したアンケートの結果を参考にしています。
上位に挙がったものをリクエスト献立とし、アンケート結果は、献立表右下に紹介しています。

Table showing average nutritional values: 栄養価平均値 (Energy: 797, Fat: 31.2, Protein: 28.8) and 食事摂取基準 (3rd revision) (Energy: 790, Fat: 27.5, Protein: 21.9).

1月の給食目標

～日本の食文化について考えよう～



日本は、たくさんの農作物や魚介類がとれる豊かな国です。昔の人々は、その土地でとれる食べ物を利用して料理を作り、伝えてきました。それが「郷土料理」です。しかし、流通が発達した現代では、どこにいても各地の食材を手に入れることができるため、ふるさとの味がはっきりしなくなってきています。祖先の人が生み出したすばらしい郷土料理の味と知恵を、伝え残していきたいものです。

風邪予防メニュー (Cold prevention menu) featuring a menu for January 26th with ingredients like chicken, cheese, and soybeans to boost immunity.

福岡県の郷土料理を知ろう

「筑前煮」



筑前煮は「がめ煮」とも呼ばれています。博多弁で「かき集める」という意味をもつ「がめくる」に由来すると言われています。お正月などのお祝いの時に食べられていました。

「だぶ」



だぶは、お祝いの時に食べられる汁物です。「だぶ」の名前は、具たくさんでとろみがあり、だぶだぶしていることから名づけられました。

\* スクールランチのアンケート結果 \*

12月にスクールランチのアンケートを実施し、下記のような結果になりました。この結果を参考に、上位に挙がった献立をリクエストメニューとして取り入れたいと思います。

Table showing survey results for favorite lunch items, items to be implemented in the school lunch, and items to be implemented before graduation.

※好きな献立「4位わかめごはん」は、1月24日にリクエストメニューで登場します。
※卒業前に食べたい献立「1位とろーりかつ丼」「3位大学芋」は、1月19日に中3リクエストメニューで登場します。
献立作成：中村学園事業部 文責：青木