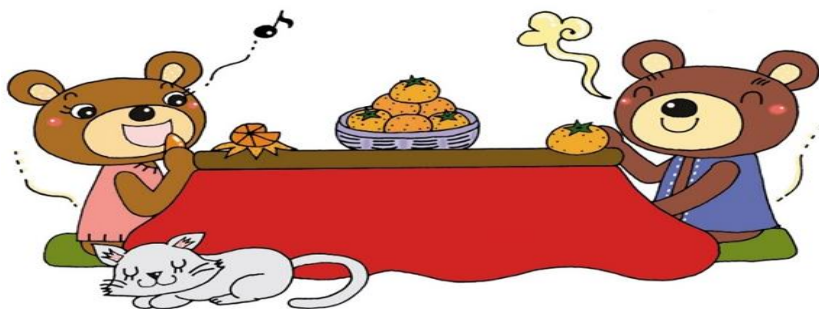




学校給食献立だより 高等部 1月

北海道稚内養護学校
令和7年12月26日発行
文責：栄養教諭



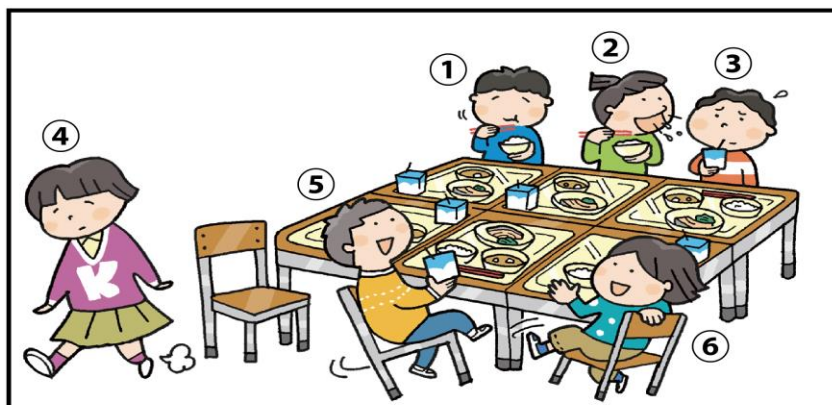
日にち	こんだて	しょくざい			エネルギー (kcal)
		 熱や力のもとになる	 体をつくる	 体の調子をととのえる	
21(水)	カレーライス かいそうサラダ みかん	こめ むぎ じゃがいも	わかめ ぶたももにく ロースハム	にんじん たまねぎ グリーンピース キャベツ みずな みかん	779
22(木)	ごはん ぶたじる さばのかおりやき きざみこんぶのきんぴら	こめ むぎ じゃがいも しらたき	ぶたバラにく どうふ さば きざみこんぶ ちくわ あぶらあげ	キャベツ たまねぎ しそ にんじん ながねぎ きりぼしだいこん	793
23(金)	わかめごはん みずなとさくらえびのみそしる ちくぜんに こうはくなます	ごはん ごんにやく ごま	わかめ さくらえび とりにく	みずな えのきたけ たけのこ れんこん ごぼう にんじん いんげん ししいたけ だいこん	686
26(月)	こうやどうふのそぼろどん きりぼしだいこんのみそしる 3しょくおひだし	ごはん ごま まめふ	こうやどうふ ひじき ぶたひきにく	にんじん たけのこ グリーンピース ペにしょうが きりぼしだいこん ながねぎ はくさい こなつな	751
27(火)	わふうチキンスパゲティ ビーンズスープ プリン	スパゲティ ごま じゃがいも プリン	とりにく ベーコン ミックスビーンズ	たまねぎ にんじん みずな エリンギ ししいたけ キャベツ	689
28(水)	バターロール さけのクリームに ベーコンポテトソテー もものゼリーあえ	バターロール じゃがいも バター ももゼリー	さけ ベーコン	たまねぎ にんじん ブロッコリー えだまめ コーン おうとうかん	776
29(木)	ごはん うちまめじる はんぺんチーズフライ もやしののりあえ	ごはん さといも	うちまめ とりにく あぶらあげ はんぺんチーズフライ	だいこん にんじん ながねぎ しいたけ もやし こまつな	947
30(金)	にゅうがくしゃせんこうけんさ 入学者選考検査				

※ 購入物資の関係で献立を変更することがあります。あらかじめご了承ください。
※ 牛乳は毎日つきます。牛乳は主にからだをつくる【赤】の食品です。

献立平均 775kcal
目標値 787kcal
(充足率 98%)

マナー違反は だーれだ

右の絵の中にマナー違反をしている人が4人います。だれがどんなマナー違反をしているのかを考えてみましょう。



こた
答え

②、④、
⑤、⑥

②は口の中に食べ物が入ったまま話をしています。中の食べ物が見えたり飛んだりしています。④は食事中に立ち歩いています。周りの人が落ち着かなくなります。⑤、⑥はいすを揺らしています。後ろに倒れると危険です。