



2026

今月の献立



土浦一高・定時制
平均摂取カロリー・たんぱく質・塩分
831kcal・34.5g・2.7g

HAPPY
NEW YEAR!
2026

今年もよろしくお願いいたします 午



あけおめ

1/24~30は全国学校給食週間です

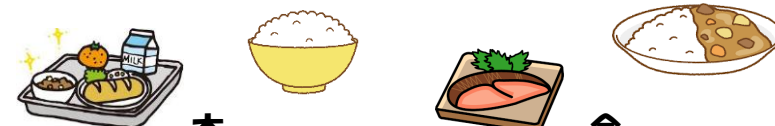
今から137年前の明治22年（1889年）山形県鶴岡市で貧しい家の子供たちのために無料で食事が提供されたことから始まった学校給食の意義や役割について理解を深め、関心を高めることを目的としています。

2026年の干支は丙午（ひのえうま）です

丙午は十干（じっかん：古代中国で生まれた今の数字のようなもの）の丙（ひのえ）と十二支の午（うま）の組み合わせで、60年に一度巡ってくる干支です。

丙午の年に期待されること

丙午の年は自分の思いや考えを実現するのに適した年です。リーダーシップを発揮して大きな成果を上げることが期待され、熱意や情熱がチーム力となり、想像以上の結果を生み出す可能性があります



木

8

冬期休業明け集会

金

9

ハヤシライス
グリーンサラダ
ヨーグルト
牛乳



にんじんしりしり
は沖縄の郷土料理で、しりしりはせん切りの意味です

15

ごはん
白身魚の塩麴焼き
にんじんしりしり
小松菜のみそ汁
牛乳



16

くるみパン
ハムロールフライ
ポテトサラダ
クリームシチュー
牛乳

月

12

火

13

水

14

祝
成人の日



かみなり汁は栃木県の郷土料理です

19

すき焼きうどん・そば
つくば鶏チキンカツ
小松菜からし和え
マスカットジョア

栃木

20

鶏の二色丼
かみなり汁
牛乳

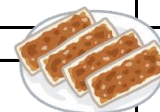
21



棒餃子は普通の餃子と比べて具が多く詰められるのでボリュームです

22

ごはん
揚げ棒餃子
肉団子のチリソース煮
わかめスープ
牛乳



23

わかめごはん
鶏の照り焼き
隠元と油揚げのごま和え
けんちん汁
牛乳

ことしも給食であのグラコロが食べられます！

26

グラコロバーガー
たまごサラダ
白菜のスープ
アシドミルク

さば味噌煮は江戸時代から日本の家庭で親しまれてきた料理です

27

ごはん
さば味噌煮
えのきと若芽の和えもの
せんべい汁
牛乳

28

台湾料理のパーコーは豚ロース肉に衣をつけて揚げてあります



パーコー麺

蓮根とひじきの和サラダ
ブルーベリージョア



29

チキンカレーライス
キャベツサラダ
ラ・フランスゼリー
牛乳

フランス原産の洋梨ラ・フランスは山形や長野で生産が盛んです

30

ごはん
豚バラと大根の煮物
オムレツ
のっぺ汁
牛乳

