



給食だより 1月



月	火	水	木	金
		1月1日	1月2日	1月3日
<p>新年、明けましておめでとうございます。 1月の給食は、行事食として「お正月献立」が入っています。 皆さんはお正月に「おせち料理」を食べましたか？お正月の食べ物には意味があります。下の欄で紹介しています。日本の伝統として、お子さまに話してあげてください。</p>				
1月6日	1月7日	1月8日	1月9日	1月10日
		<p><正月献立> しょうがつこんだて くろまめ 黒豆ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ぶりの照り焼き とうもろこし とうもろこし こうはく 紅白なます とうもろこし すまし雑煮 ぞうに みかん</p>	<p>むぎごはん ぎゅうにゅう 牛乳 あじのバジル焼き アーモンド和え こんさいじる 根菜汁 ワインゼリー</p>	<p>むぎごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ぶたにく スタミナ揚げ じゃこ和え じゃがいものみそ汁</p>
1月13日	1月14日	1月15日	1月16日	1月17日
	<p>あげパン(きなこ) ぎゅうにゅう 牛乳 ポトフ りっちゃんサラダ 5・6年生 べんとう 弁当の日</p>	<p>むぎごはん ぎゅうにゅう 牛乳 さばの塩焼き なつとう あ 納豆和え ふたじる 豚汁</p>	<p>マーボー丼 ぎゅうにゅう 牛乳 れんこんはさみ揚げ ちゅうか 中華サラダ</p>	<p>むぎごはん ぎゅうにゅう 牛乳 いりこナッツ いそ あ 磯和え おでん</p>
1月20日	1月21日	1月22日	1月23日	1月24日
<p>むぎごはん ぎゅうにゅう 牛乳 さつまいもとえびのかき揚げ やさい あお あ 野菜の青じそ和え いしかり じる 石狩汁</p>	<p>ココアトースト ぎゅうにゅう 牛乳 ガーリックソテー ふゆ やさい 冬野菜のシチュー</p>	<p>チキンカレーライス ぎゅうにゅう 牛乳 いりこ えだまめ とうふ 枝豆と豆腐のミンチカツ いろどりサラダ</p>	<p>むぎごはん ぎゅうにゅう 牛乳 焼きししゃも わふう 和風サラダ にく 肉じゃが</p>	<p><安来の給食・好評献立> やすぎ きゅうしよほうひょうこんだて むぎごはん ぎゅうにゅう 牛乳 げんき ハンバーグ ゆかり和え いちご ゆばのすまし汁</p>
1月27日	1月28日	1月29日	1月30日	1月31日
<p><安来・中海献立> やすぎ なかうみ こんだて だいこん 大根ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 どじょうのカレー揚げ なし あ もの 梨の和え物 しろ とうふ 白ねぎと豆腐のみそ汁</p>	<p>スパゲティミートソース ぎゅうにゅう 牛乳 オムレツ ブロッコリーサラダ</p>	<p><島根県献立> しまねけん こんだて またけごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ごま和え からあ カレイの唐揚げ だんご ちる あご団子のみそ汁</p>	<p><国際交流献立> こくさい こうりゅう こんだて むぎごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ヤンニョムチキン だいこん 大根ナムル わかめスープ</p>	

今月の旬の食材： 鮭 赤貝 プリ ねぎ 白菜 カリフラワー 大根 かぶ いちご



おせち料理…お正月に食べるお祝いの料理です。江戸時代からこの行事が庶民に広まりました。いまでは正月三が日はかまどの神様に休んでいただく、主婦を家事から解放するという意味も含め、保存の効く食材が中心になっています。お母さんも正月はゆっくりしましょう。黒豆〜黒く日焼けするほどマメに、勤勉で健康に暮らせるようにとの願いが込められています。ぶり〜ぶりは大きさによって名前が変わる出世魚なので、出世を願います。紅白なます〜紅白でめでたく、祝いの水引にも通じます。また、根菜のように深く根をはるようにと願います。

