



～日本の食文化～
おせち料理

おせち料理は新年への願いを込めた、縁起の良い食べ物を使うのが特徴です。歳神様をお迎えしているときは煮炊きを慎むとともに、料理を作る人がお正月の3日間くらいは休めるようにと、冷めてもおいしく保存の利く料理が作られます。

今月は給食でもお正月料理を取り入れています。

10日(火) ごはん

きんぴら ごぼう	五色和え
黒豆	鶏 天

11日(水) 梅ごはん

筑前煮	ほうれん草の おひたし
あん 団子	さごしの 西京焼き

1月11日の鏡開きにはぜんざいを食べる風習があります。



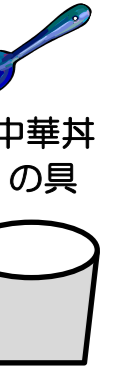
12日(木) ごはん

大根サラダ	粉ふき芋
きゅうり 漬け	とんかつ キャベツ かけソース

13日(金) 麦ごはん

もやしと ほうれん草の ナムル	ごま じゃこ
みかん	鶏の照り焼き

ごはんにかけて食べよう



16日(月) ごはん

キャベツと 水菜の ごまサラダ	おからの 炒り煮
パイン 缶	肉団子の 野菜あんかけ

17日(火) ごはん

マセドアン サラダ	青菜炒め
チーズ	鶏肉の オレンジソース

18日(水)



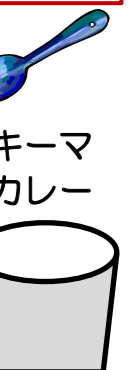
19日(木) ごはん

揚げ里芋の そぼろ あんかけ	しんこ和え
黄桃缶	さばのみそ煮

20日(金) 麦ごはん

コーン サラダ	レモンゼリー
福神 漬け	かぼちゃ 挽肉フライ

全曜日
カレーの日



23日(月) ごはん

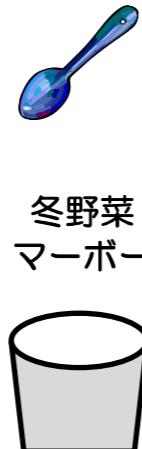
切干大根の ごま和え	にんじん しりしり
ミニ グレープ ゼリー	豚キムチ丼 の具

ごはんのにせて食べよう



24日(火) ごはん

春雨サラダ	杏仁豆腐
うずら 卵煮	春巻き



25日(水) 京田ごはん

もやし炒め	ブロッコリーの おなか和え
金時豆の 甘煮	白身魚の 黄金焼き

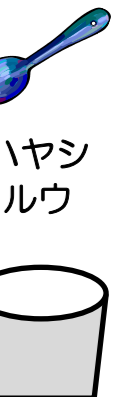
西舞鶴の京田地域に伝わる郷土料理です。くずした豆腐や鶏肉が入っています。

26日(木) ごはん

ポテト サラダ	ひじきの煮物
みかん缶	鶏の唐揚げ

27日(金) 麦ごはん

グリーン サラダ	りんご ゼリー
コーン 炒め	ハムカツ



30日(月) ごはん

大根の炒め煮	白菜の しそ和え
抹茶 わらび餅	シイラのフライ かけソース



31日(火) ごはん

切干大根の あっさり ナムル	みかん
ブロッコリーの 昆布茶和え	厚揚げの ホイコーロウ



今月の地産地消

11日(水)
さごし

30日(月)
シイラ



1月24日～30日は全国学校給食週間です。

明治22年に山形県鶴岡市で始まった学校給食。当時は貧しくてお弁当を持ってこられない子どもたちのために提供されました。現在では栄養摂取のほか、地域の食材を知る機会としたり、生産や流通について学びきっかけにしたりと、学校での食育の一環として位置付けられています。農業、漁業などに携わる生産者や学校給食に関わる人たちに感謝し、食べ物の大切さについて考えてみましょう。

