



1月のこんだてひょう

京丹後市立大宮南小学校

月	火	水	木	金
9日 せいじん 成人の日 	10日 がっしきぎょうしき 3学期始業式 なめし ・菜飯 とりにく ・鶏肉の照り焼き そくせき ・即席漬け しらたまそうに ・白玉雑煮 ぎゅうにゅう ・牛乳	11日 ・ごはん ふゆやさい ・冬野菜のクリーム シチュー ・キャベツとコーンの ソテー ・りんご ぎゅうにゅう ・牛乳	12日 ・ごはん うみ はたけ ・海と畑のかき揚げ だいこん ・大根とツナの わふうあ 和風和え ・かきたま汁 ぎゅうにゅう ・牛乳	13日 こしょうがつ 小正月 あずき ・小豆ごはん まつかぜ や ・松風焼き こうはく ・紅白なます かすじり ・粕汁 ぎゅうにゅう ・牛乳
16日 1年生・リクエスト こんだて 献立 ・わかめごはん とくべつさいばいまい (特別栽培米) えいよう ・栄養ナゲット ・ゆかり和え ・コーンスープ ・みかんゼリー ぎゅうにゅう ・牛乳	17日 ・ごはん とくべつさいばいまい (特別栽培米) かんとう に ・関東煮 ・ねぎのサラダ だいず ・大豆のしゃりしゃり あげ ぎゅうにゅう ・牛乳	18日 は 歯の日 むぎ ・麦ごはん とくべつさいばいまい (特別栽培米) ・イカのかりん あげ きりほしだいこん ・切干大根の中華炒め ちゅうか ・中華スープ ぎゅうにゅう ・牛乳	19日 たんご・食の日 ・丹後のばらずし とくべつさいばいまい (特別栽培米) ・白菜のおひたし ・すまし汁 ・ぼんかん ぎゅうにゅう ・牛乳	20日 ほっかいどう 北海道 ・ごはん とくべつさいばいまい (特別栽培米) さかな ・魚のちゃんちゃん や 焼き まつまえ ・松前漬け ・のっぺい汁 ぎゅうにゅう ・牛乳
23日 イタリア ・わかめごはん ・トマトバジルソース パスタ ・イカのマリネ ・パンナコッタ ぎゅうにゅう ・牛乳	24日 とうほく 東北 ・ごはん ・ハタハタの南蛮漬け ・たくあん和え ・みそ仕立ての ひつつみ ぎゅうにゅう ・牛乳	25日 かんこく 韓国 ・ごはん ・ヤンニョムチキン ・もやしのナムル ・わかめスープ ぎゅうにゅう ・牛乳	26日 しんしゅう ほくりく 信州・北陸 ・ごはん のざわないた ・野沢菜炒め ・スキー汁 ・アップルポムポム ケーキ ぎゅうにゅう ・牛乳	27日 フランス ・ごはん ・マカロニグラタン ・キャベツとベーコン のソテー ・ジュリエヌスープ ぎゅうにゅう ・牛乳
30日 フィリピン ・ごはん ・チキンアドボ ・フィリピン風ポトフ ・パインのサラダ ぎゅうにゅう ・牛乳	31日 おきなわ 沖縄 ・ジューシー ・にんじんしりしり ・もずくスープ ぎゅうにゅう ・牛乳 はこべら	春の七草 1月7日には春の七草を入れた「七草がゆ」を食べて一年の健康を願います。 10日の給食では七草がゆのかわりに、春の七草のひとつであるすずしろ(大根)を炊き込み、大根菜を混ぜた「菜飯」を出します。		

〈給食週間〉1月20日～31日までは、日本各地の郷土料理や世界各国の料理を日替わりで出します。

給食を通じていろいろな食文化についての理解を深めましょう。

【北海道】「魚のちゃんちゃん焼き」は、サケなどの魚を野菜と一緒にみそなどで味付けして焼いた料理です。



【イタリア】デザート「パンナコッタ」はイタリア語で「煮た生クリーム」といった意味のお菓子です。

【東北】「ひつつみ」は小麦粉を練った生地をひつつまんで(ひきちぎって)お汁に入れて作るので「ひつつみ」と呼ばれます。

【韓国】「ヤンニョムチキン」は韓国風のフライドチキンで、鶏のから揚げに甘辛いタレをからめて作ります。

【信州・北陸】信州地方でよくとれる果物と言えりんご。「アップルポムポムケーキ」の「ポム」とはフランス語でりんごのことです。

【フランス】「ジュリエヌスープ」は細長く切った野菜の入ったスープです。

【フィリピン】「チキンアドボ」の「アドボ」とは「マリネ」を意味し、酢を使った鶏肉の煮物です。

【沖縄】「ジューシー」は豚肉や昆布が入った沖縄の炊き込みご飯です。



都合により、献立を変更することがあります。