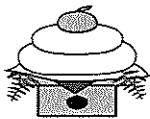


# 1月 給食こんだて表



宇川小学校

| 月                                                                                                                   | 火                                                                                                                                         | 水                                                                                                                                                                           | 木                                                                                                                                                        | 金                                                                                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 6                                                                                                                   | 7【七草】                                                                                                                                     | 8【歯の日】                                                                                                                                                                      | 9                                                                                                                                                        | 10                                                                                                                                                              |
|                                                                                                                     | <small>なめし</small><br>菜飯<br><br><small>あまから</small><br>ハマチの甘辛がらめ<br><br><small>こうはく</small><br>紅白なます<br><br><small>かすじる</small><br>粕汁     | <small>むぎ</small><br>麦ごはん<br><br><small>にくどうふ</small><br>肉豆腐<br><br><small>こまつな    こんぶいた</small><br>小松菜の昆布炒め<br><br>たたきごぼう                                                  | <small>たの    こんだて</small><br>お楽しみ献立<br><br>(わかあゆ学級)<br><br><small>がっきゅう</small>                                                                          | ごはん<br><br>おからボール<br><br><small>やさしい</small><br>ゆで野菜<br><br>コンソメスープ                                                                                             |
| 13                                                                                                                  | 14                                                                                                                                        | 15【小正月】                                                                                                                                                                     | 16                                                                                                                                                       | 17【たんご・食の日】                                                                                                                                                     |
| <small>せいじん    ひ</small><br>成人の日                                                                                    | ごはん(特別栽培米)<br><br><small>ふゆやさしい</small><br>冬野菜マーボー<br><br><small>きりぼしだいこん    ずいた</small><br>切干大根のポン酢炒め<br><br><small>だいがくも</small><br>大学芋 | <small>あずき</small><br>小豆ごはん(特別栽培米)<br><br><small>とり    て    や</small><br>鶏肉の照り焼き<br><br><small>ほうれん草    そう    あ</small><br>ほうれん草のごま和え<br><br><small>しらたまどうに</small><br>白玉雑煮 | ごはん(特別栽培米)<br><br>イカのカレー揚げ<br><br><small>だいこん</small><br>大根サラダ<br><br>にんじんポタージュ                                                                          | <small>たんご    ずし</small><br>丹後のばら寿司(特別栽培米)<br><br><small>ほうれん草    そう</small><br>ほうれん草のおひたし<br><br><small>ふのすまし汁</small><br>ふのすまし汁<br><br>みかん                    |
| 20                                                                                                                  | 21                                                                                                                                        | 22                                                                                                                                                                          | 23                                                                                                                                                       | 24                                                                                                                                                              |
| パエリア(特別栽培米)<br><br><small>ぶたにく    やさい</small><br>豚肉と野菜のソテー<br><br>ソバ・デ・アホ<br><br>スペイン                               | <small>むぎ</small><br>麦ごはん<br><br>ザンギ<br><br><small>まつまえづ</small><br>松前漬け<br><br><small>どさんこ汁</small><br>どさんこ汁<br><br>ほっかいどう<br>北海道        | ごはん<br><br>フィッシュ&チップス<br><br>ブロッコリーのサラダ<br><br>クマラスープ<br><br>ニュージーランド                                                                                                       | しょうがおかかごはん<br><br><small>ちくわ    いそべ    あ</small><br>ちくわの磯辺揚げ<br><br><small>はくさい</small><br>白菜のゆずびたし<br><br><small>ぐる煮</small><br>ぐる煮<br><br>こうちけん<br>高知県 | ごはん<br><br><small>ふゆやさしい</small><br>冬野菜のポトフ<br><br>キャベツとコーンのソテー<br><br>カフェオレゼリー<br><br>フランス                                                                     |
| 27                                                                                                                  | 28                                                                                                                                        | 29                                                                                                                                                                          | 30                                                                                                                                                       | 31                                                                                                                                                              |
| びりんめし<br><br><small>たかないた</small><br>高菜炒め<br><br><small>せんだ    じる</small><br>せんだこ汁<br><br>ぽんかん<br><br>くまもとけん<br>熊本県 | ごはん<br><br>ペリペリチキン<br><br><small>ひよこ豆    まめ</small><br>ひよこ豆のサラダ<br><br>コンソメスープ<br><br>みなみ<br>南アフリカ                                        | ごはん<br><br><small>はたはた    なんばんづ</small><br>ハタハタの南蛮漬け<br><br><small>たくわん    あ</small><br>たくわん和え<br><br>みそひつまみ<br><br>いわてけん    とうほく<br>岩手県・東北                                 | ごはん<br><br>ヤンニョムチキン<br><br><small>きりぼしだいこん</small><br>切干大根のナムル<br><br><small>はるさめ</small><br>春雨スープ<br><br>かんこく<br>韓国                                     | ごはん<br><br><small>かんどう    に</small><br>関東煮<br><br><small>こまつな    いた    もの</small><br>小松菜とツナの炒め物<br><br><small>こんぶ    つくだに</small><br>昆布の佃煮<br><br>とうきょうと<br>東京都 |

1月20日～31日までは、全国学校給食週間献立として、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。

