



月	火	水	木	金
<p>2学期をふいかえうて 2学期は大きな行事がありました。 思い出 いっぱいできたかな？</p>			<p>1日</p> <ul style="list-style-type: none"> ①ごはん ②サバのカレー焼き ③マロニーきんぴら ④さつまいものみそ汁 ⑤牛乳 	<p>2日</p> <ul style="list-style-type: none"> ①いりごきごはん ②イカとわかめの酢のもの ③ひつつみ ④みかん ⑤牛乳
<p>5日</p> <ul style="list-style-type: none"> ①ごはん ②卵のミートカップ ③ツナとキャベツのソテー ④ジュリエンスープ ⑤牛乳 	<p>6日</p> <ul style="list-style-type: none"> ①冬野菜カレー ②かぶのサラダ ③福神漬 ④牛乳 	<p>7日</p> <ul style="list-style-type: none"> ①ひじきごはん ②豚肉と野菜のごまみそ炒め ③大根のすまし汁 ④キャラメルプリン ⑤牛乳 	<p>8日</p> <ul style="list-style-type: none"> ①ごはん ②肉豆腐 ③大豆とじゃこのスナック ④こんにゃくのおかか煮 ⑤牛乳 	<p>9日</p> <ul style="list-style-type: none"> ①ごはん ②ホキのパン粉焼き ③中華サラダ ④みそワントンスープ ⑤牛乳
<p>12日</p> <ul style="list-style-type: none"> ①ごはん ②さつまいものグラタン ③キャベツとコーンの炒め物 ④コンソメスープ ⑤牛乳 	<p>13日</p> <ul style="list-style-type: none"> ①ごはん ②ササミの青のりフライ ③野菜豆 ④白菜のみそ汁 ⑤牛乳 	<p>14日</p> <ul style="list-style-type: none"> ①ごはん ②豚肉ともやしのにぎり揚げ ③卵入りおひたし ④のっぺい汁 ⑤牛乳 	<p>15日</p> <ul style="list-style-type: none"> ①パエリア ②豚肉と野菜のソテー ③ソパ・デ・アホ ④りんご ⑤牛乳 	<p>16日</p> <ul style="list-style-type: none"> ①ごはん ②厚揚げの中華風煮 ③春雨サラダ ④しそひじきふりかけ ⑤牛乳
<p>19日</p> <ul style="list-style-type: none"> ①ごはん ②クリスピーチキン ③野菜のソテー ④にんじんポターージュ ⑤牛乳 	<p>20日</p> <ul style="list-style-type: none"> ①ごはん ②マーボー大根 ③ササミとキャベツのレモンサラダ ④水菜の蒸しパン ⑤牛乳 	<p>21日</p> <ul style="list-style-type: none"> ①ごはん ②キスの甘辛がらめ ③大豆とひじきの炒り煮 ④じゃがいものみそ汁 ⑤牛乳 	<p>22日</p> <ul style="list-style-type: none"> ①ごはん ②冬至バーグ ③小松菜とごぼうのごまマヨあえ ④豆腐のすまし汁 ⑤牛乳 	<p>23日</p> <ul style="list-style-type: none"> ①キャロットライス ホワイトソースかけ ②ブロッコリーのサラダ ③デザート ④牛乳

世界の料理【スペイン】(12月15日)

世界の料理を紹介：「スペイン」ヨーロッパ南部のイベリア半島にあり、西はポルトガル、北東はフランス、南にはアフリカ大陸があります。

バレンシア地方で生まれたお米を使った「パエリア」は、見た目の豪華さや、大勢でも取り分けやすいことから、家族や友達が集まった時の食卓にはぴったりの料理です。日本ではエビやイカ、ムール貝などのシーフードたっぷりのパエリアが知られていますが、スペインでは鶏肉やいんげん豆などでシンプルに仕上げたり、きのこなど山の幸を使ったり、地方や家庭によってさまざまな味があります。

「ソパ・デ・アホ」は、にんにくとパンを使ったスープです。

「ソパ」はスープ、「アホ」はにんにくを指します。にんにくのスープに、かたくなったパンを入れて食べたのが始まりといわれています。今日の給食では、パンではなくパン粉を入れました。



「冬至」(12月22日)

今年は12月22日が「冬至」です。冬至は1年のうちで日の沈む時間が一番早い日、つまり太陽の出ている時間が一番短い日です。冬至には「ん」のつくものを食べると「運氣」がつくと言われていました。これは、「ん」がいろは順で最後の文字なので、冬至を最後に日が長くなることとかけたそうです。さらに、名前の中に2つ「ん」がある7つの食べ物(にんじん・ぎんなん・きんかん・れんこん・なんきん(かぼちゃ)・かんでん・うんどん(うどん))は特別に運を呼び込むといわれています。

今日の献立には、なんきん(かぼちゃ)、にんじん、れんこんを使っています。冬至にはかぼちゃを食べる習慣があります。かぼちゃは夏の野菜ですが、保存しやすいので、冬のビタミン不足に備えて食べられてきたと言われています。かぼちゃを食べて体の中から健康に、そして「運氣」がつくことを願ってこの献立を入れました。また、お風呂にゆずを入れた「ゆず湯」に入る風習もあります。これはゆず湯に入って温まるということと、ゆず=融通をかけて「融通が利きますように」という願いも込められているそうです。

