



# こんだてひょう



令和4年12月22日  
京丹後市立弥栄小学校

月	火 10日	水 11日	木 12日	金 13日
<p>今年もよろしく お願い致します。</p>	<p>①菜飯 ②鶏肉の照り焼き ③ゆかり和え ④白玉雑煮 ⑤牛乳</p>	<p>①冬野菜のカレー(麦) ②ポパイサラダ ③福神漬け ④牛乳</p>	<p>①ごはん ②海と畑のかき揚げ ③大根とツナの和風和え ④かきたま汁 ⑤牛乳</p>	<p>①小豆ごはん ②松風焼き ③紅白なます ④粕汁 ⑤牛乳 【小正月】</p>
16日	17日	18日	19日	20日
<p>①ごはん ②ふりかけ ③鶏肉の甘辛がらめ ④春雨サラダ ⑤クリームシチュー ⑥サイダーゼリー ⑦牛乳</p> <p>5年生 リクエストこんだて</p>	<p>①ごはん ②関東煮 ③ねぎのサラダ ④大豆のしゃりしゃり揚げ ⑤牛乳</p>	<p>①ごはん ②イカのかりん揚げ ③切干大根の中華炒め ④中華スープ ⑤牛乳 【歯の白】</p>	<p>①丹後のばら寿司 ②白菜のおひたし ③すまし汁 ④ぽんかん ⑤牛乳 【たんご・食の白】</p>	<p>①ごはん ②魚のちゃんちゃん焼き ③松前漬け ④のっぺい汁 ⑤牛乳 【北海道】</p>
23日	24日	25日	26日	27日
<p>①減量わかめごはん ②トマトバジルソース パスタ ③イカのマリネ ④パンナコッタ ⑤牛乳 【イタリア】</p>	<p>①ごはん ②ハタハタの南蛮漬け ③たくあん和え ④みそ仕立てのひつまみ ⑤牛乳 【東北】</p>	<p>①ごはん ②ヤンニョムチキン ③もやしのナムル ④わかめスープ ⑤牛乳 【韓国】</p>	<p>①ごはん ②野沢菜炒め ③スキージュー ④アップルポムポム ケーキ ⑤牛乳 【信州・北陸】</p>	<p>①ごはん ②マカロニグラタン ③キャベツとベーコンのソテー ④ジュリエンヌスープ ⑤牛乳 【フランス】</p>
30日	31日	<p>おせち料理で新年を祝う ※保護者の人と一緒に読もう！</p> <p>おせち：今は正月に食べる煮しめ料理で、縁起がいい食材が多く使われています。その食べ物のいわれをみてみましょう。</p>		
<p>①ごはん ②チキンアドボ ③フィリピン風ポトフ ④パインのサラダ ⑤牛乳 【フィリピン】</p>	<p>①ジューシー ②にんじんしりしり ③もずくスープ ④牛乳 【沖縄】</p>			

## 【白玉雑煮(1月10日)】

お雑煮は、お正月に一年の無事を祈って食べる料理で、全国各地にいろいろな具材や味付けのお雑煮があります。お雑煮に欠かせないおもちは、昔からお祝い事など特別な日に食べるものでした。そこで新年を迎えるためにおもちをつき、他のものと一緒に神様にお供えをしました。そしてそのお供えをいただくためにお雑煮を作って食べたのです。給食では、おもちに見立てた手作りの「白玉団子」が入ります。



## 紅白 かまぼこ

赤は邪気(悪い心)をはらい、白は清らかな心の意味

## 田作り(ごまめ)

お米や野菜などがたくさん収穫できますように

## さといも

子孫が栄えますように

## れんこん

将来を見通して準備ができますように

## 黒豆

まめ(まじめ)に働きまめ(健康)に暮らせますように

## だて巻き

頭がよくなりますように(巻物<書物>をイメージ)

## くりきんとん

お金持ちになれるように

## えび

腰が曲がるまで長生きできますように

## たい

めでたいことが多くありますように



## 数の子

子宝(子たくさん)に恵まれますように

## 昆布巻き

よろこぶことが多くありますように

## ごぼう

長く根を張って生きられますように