



給食だより 1月号



大田区立羽田小学校

月	火	水	木	金													
<p>今年は午年 よくかんで食べよう！</p> <p>馬は干し草を食べるのに、人間の何倍もたくさん食べています。わたしも見習って、食事の時は一口30回を目安に、よくかみましょう。</p>	<p>ななこく 七草</p>		<p>8日</p> <p>始業式</p>	<p>9日</p> <p>鏡開き献立</p> <p>ポークカレーライス</p> <p>牛乳</p> <p>パリパリサラダ</p> <p>きなこ白玉</p>													
12日	13日	14日	15日	16日													
<p>成人の日</p> <p>腰をす食べよう</p>	<p>親子丼</p> <p>牛乳</p> <p>大根のそぼろ煮</p> <p>くだもの(りんご)</p>	<p>ガーリックトースト</p> <p>牛乳</p> <p>チリコンカン</p> <p>白菜と鶏団子のスープ</p>	<p>五目チャーハン</p> <p>牛乳</p> <p>あんかけ卵焼き</p> <p>かぶときのこの中華スープ</p>	<p>にしんの蒲焼丼</p> <p>牛乳</p> <p>じゃこ入りわかめサラダ</p> <p>大根のみそ汁</p>													
19日	20日	21日	22日	23日													
<p>麦ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>のりの佃煮</p> <p>きびなごのから揚げ</p> <p>厚揚げのみそ汁</p>	<p>ピリ辛焼肉丼</p> <p>牛乳</p> <p>チンゲンサイのスープ</p> <p>くだもの(みかん)</p>	<p>コッペパン</p> <p>牛乳</p> <p>鮭とポテトのチーズ焼き</p> <p>コーンシチュー</p>	<p>麦ごはん</p> <p>牛乳</p> <p>揚げぎょうざ</p> <p>中華風卵スープ</p>	<p>スペゲッティみそミートソース</p> <p>牛乳</p> <p>ひよこ豆のカレースープ</p> <p>オープアップルパイ</p>													
26日	27日	28日	29日	30日													
<p>大田区学校給食週間</p> <p>バターライスクリームソース</p> <p>フレンチサラダ</p> <p>ジュリエンヌスープ</p>	<p>青森県郷土料理</p> <p>麦ごはん</p> <p>たらの南部焼き</p> <p>バランスサラダ</p> <p>せんべい汁</p>	<p>きなこトースト</p> <p>牛乳</p> <p>ボルシチ</p> <p>ツナサラダ</p>	<p>たこぺったんの日</p> <p>けんちんうどん</p> <p>たこぺったん</p> <p>くだもの(国産ネーブル)</p>	<p>麻婆豆腐丼</p> <p>牛乳</p> <p>中華ナムル</p> <p>めかぶスープ</p>													
I群 - 507 kcal 脂質 15.7 g 食塩相当量 1.8 g	I群 - 587 kcal 脂質 20.1 g 食塩相当量 1.9 g	I群 - 604 kcal 脂質 24.1 g 食塩相当量 2.8 g	I群 - 648 kcal 脂質 22.3 g 食塩相当量 2.5 g	I群 - 689 kcal 脂質 22.9 g 食塩相当量 2.8 g													
28日	29日	30日															
<p>お節料理にこめる願い</p> <table border="1"> <tbody> <tr> <td>黒豆</td><td>かまぼこ</td><td>かずのこ</td><td>だてまき</td></tr> <tr> <td>まめめめしく(まじめに)生活できるように</td><td>白の玉の形に似ているので、めたたさを表現</td><td>ニシンは多くのたまごを持つことから、子だくさんの願い</td><td>簪物(簪物)に見えることから、頭がよくなるように</td></tr> <tr> <td>かづくり</td><td>きんとん</td><td>昆布巻き</td><td>えび</td></tr> <tr> <td>昔は畑の肥料にイワシを使っていましたことから、豊作を願う</td><td>金色に見えることから、豊かな生活ができるように</td><td>長いひげと巻がまがった裏から、豊生きできるように</td><td></td></tr> </tbody> </table>	黒豆	かまぼこ	かずのこ	だてまき	まめめめしく(まじめに)生活できるように	白の玉の形に似ているので、めたたさを表現	ニシンは多くのたまごを持つことから、子だくさんの願い	簪物(簪物)に見えることから、頭がよくなるように	かづくり	きんとん	昆布巻き	えび	昔は畑の肥料にイワシを使っていましたことから、豊作を願う	金色に見えることから、豊かな生活ができるように	長いひげと巻がまがった裏から、豊生きできるように		<p>大田区学校給食週間</p> <p>大田区では学校給食の一層の充実を図るため、「大田区学校給食週間」を設けています。期間は毎年1月24日～2月6日「海苔の日」までの2週間とします。大田区にゆかりのある献立や、郷土料理など特色のある給食を提供していきます。</p> <p>1/27 青森の南部地方ではごまの産地として有名でした。ごまを使った料理に「南部焼き」と呼びようになりました。せんべい汁は、米が不作の際に保存食として重宝した南部せんべいを使った汁ものです。戦後に汁を吸ってモチモチの食感が残るせんべいが作られるようになりました。</p> <p>1/29 「一番人気の給食」のごろ合わせから大田区では「たこぺったんの日」と制定しています。今から30年ほど前の学校栄養士が「たこ焼き」を給食向けに考案した料理といわれています。</p>
黒豆	かまぼこ	かずのこ	だてまき														
まめめめしく(まじめに)生活できるように	白の玉の形に似ているので、めたたさを表現	ニシンは多くのたまごを持つことから、子だくさんの願い	簪物(簪物)に見えることから、頭がよくなるように														
かづくり	きんとん	昆布巻き	えび														
昔は畑の肥料にイワシを使っていましたことから、豊作を願う	金色に見えることから、豊かな生活ができるように	長いひげと巻がまがった裏から、豊生きできるように															