



# 全国学校給食週間

# 1月こんだてひょう



舞鶴市立新舞鶴小学校

※1月は各学年の先生のリクエスト給食です。



1月24日からの週間を「全国学校給食週間」として、全国で給食にかかわる様々な取組が行われます。新舞鶴小学校では1月24日から0日までを給食週間とします。1月の給食は各地の郷土料理や行事食、舞鶴の食材を使った料理、和食の献立などを計画しています。

ご家庭でもお父さん、お母さん、おじいさん、おばあさんの子どもの頃の給食や食事について話題にいただき、食への関心を深める機会にしていだければと思います。



<b>11(木)</b> ミルクパン チリコンカン ポトフ みかん <アメリカ・テキサス料理> チリコンカンは「肉の入ったトウガラシ」という意味です。豆と肉にトウガラシを入れスパイスに煮込んだアメリカ・テキサス料理です。パンにのせたり、はさんだりして食べます。	<b>12(金)</b> ななくさごはん ぶたじる (6年生) うのはな (おから) <七草ごはん> 1月7日に七草がゆを食べるのは、お正月のごちそうで疲れ気味の胃を休める意味があります。「せりなすな ごきょうはこべら ほとけのざ すずなすずしろ これぞ七草」いくつ入っているでしょう。
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<b>15日(月)</b> わかめごはん (6年生) さばのみそに (4年生) けんちんじる 3年生のリクエスト わかめごはん、豚汁、フルーツヨーグルトでした。わかめごはんはリクエストによく上がっています。	<b>16(火)</b> きなこあげパン (6年生) わかめスープ フルーツしらたま 6年生のリクエスト きな粉揚げパン、わかめスープ、フルーツ白玉でした。皆さんのリクエストによく上がっていた献立です。先生たちもリクエストしてくれました。	<b>17(水)</b> ぎゅうにくとごぼうのまぜごはん (4年生) ゆばのごまあえ じゃがいものみそしる <ゆばのごま和え> 湯葉は大豆から作ります。豆腐を作るときに豆乳を使いますが豆乳を加熱すると表面に膜が張ってきます。それをゆっくり引き上げて作ります。	<b>18(木)</b> ぜんりゅうふんぱん とりのからあげ ひまわり はくさいのクリームスープ <白菜の料理> 冬の野菜の代表白菜は、霜が降りる寒い季節になると甘みが増しておいしくなります。ビタミンCがたくさん含まれています。寒い日には体が温まります。	<b>19(金)</b> ごはん ポークカレー (6年生) ごぼうサラダ ふくじんづけ 「金曜日はカレーの日」 海上自衛隊では長い艦上生活で曜日感覚を失わないために毎週金曜日の昼食にカレーが食べられているそうです。カレーとごぼうサラダでかむ回数を調べます。3年生の学習に使います。
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## 給食週間 24日~30日

<b>22(月)</b> むぎごはん ぶたにくのかりんあげ (2年生) ワンタンスープ (4年生) 1年生・4年生のリクエスト 1年生は、ごはん、カレー、ヨーグルトでした。カレーは金曜日に入れました。4年生は、牛肉のごはん、ワンタンスープ、サバの味噌煮でした。同じ日の献立にはできないので別々に使いました。	<b>23(火)</b> こがたパン イチゴジャム かやくうどん ごまあえ <明日から給食週間> 毎日の給食や家での食事について振り返り、食事と健康との関わりや栄養について学習します。食事を作ってくださいる人の努力や苦労を知り、感謝する心、食べ物の大切さについて考えましょう。	<b>24(水)</b> だいずいりドライカレー (2年生・5年生) たまごスープ フルーツヨーグルト (6年生) 5年生・2年生のリクエスト 5年生はドライカレー、ビーフシチュー、イカのチリソースでした。同じ日にするには無理があるため今回はドライカレーのみをしています。2月に入れる予定です。2年生は、ドライカレー、コンソメスープ、豚肉のカリン揚げでした。	<b>25(木)</b> こくとうぱん すいとん かんぴょうサラダ <昔の給食> すいとん 「すいとん」は関東大震災や第二次世界大戦で食べ物が無かった頃、ご飯の代わりとして食べられていました。小麦粉に水を加えて団子にし、汁の中に入れてたものです。給食のすいとんは肉や野菜がたくさん入っているので当時のものとは少し違ってきます。	<b>26(金)</b> ごはん おでん ぶりのてりやき <地場産物の日> ブリ ぶりは冬が旬の魚です。成長とともに呼び名が変わることから「出世魚」と言われ、縁起が良いとされています。高価な魚なので今回の給食では舞鶴市水産課から補助金をいただいています。「舞鶴の子どもたちに舞鶴でとれた魚を食べて欲しい」という願いがこめられています。
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<b>29(月)</b> むぎごはん ハヤシライス ひまわり フルーツサラダ ひまわり学級のリクエスト ハヤシライス、から揚げ、フルーツサラダでした。みんなの好きな献立ですね。	<b>30(火)</b> パン イチゴジャム はっぼうさい カレーにくまん パン、カレー肉まんを食べる時手をきれいに洗いましたか? 	<b>31(水)</b> きょうだごはん アジのまるごとあげ ぼかぼかじる <舞鶴の味> 西舞鶴の京田地域に伝わる郷土料理です。昭和の初め、京田の男の人達が山鳥を猟し、その鳥でごはんを作って食べるときに、山鳥だけでは量が少なかったのが始まりだそうです。山鳥を使うことはなくなり今では鶏肉を使うようになりました。
---------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------



わる 悪い姿勢

ただ 正しい姿勢