



こんだてひょう



2019年1月8日

舞鶴市立与保呂小学校

<p><学校給食週間></p> <p>与保呂小学校では、 1月22日(月)～26日</p>		<p>9日(水) </p> <p>ミルクパン はくさいとひきにくの とうにゅうスープ だいがくいも</p>	<p>10日(木) </p> <p>ななくさごはん ぶたじる うのはな</p>	<p>11日(金)</p> <p>きりぼしだいこん いりスタミナどん わかめスープ</p>
<p>校長先生から給食週間についてのお話、給食委員会の発表、学級では給食にかかわる方々への感謝の気持ちや食べ物大切さを学びます。</p>		<p><ななくさがゆ> 「セリ・なずな・ごぎょう・はこべら・ほとけのざ・すずな・すずしろ」と七つの草を入れたかゆです。1年間、元気に過ごせるように願いえを込めて食べます。</p>		<p>切り干大根は「乾物」です。大根を干切りにして、天日で干して作られます。</p>
<p>15日(火) </p> <p>ごはん おでん あまずあえ</p>	<p>16日(水) </p> <p>ぜんりゅうふんパン カリフラワーと かぼちゃのグラタ ン ミネストローネ</p>	<p>17日(木) </p> <p>キムチとたくあん のませごはん ちくわのいそべあ げ はるさめスープ</p>	<p>18日(金) </p> <p>カレーライス オイマヨサラダ ふくじんづけ</p>	<p>19日(土) </p> <p>こがたばん やさいたっぷり ラーメン ししゃもの カレーあげ いちごジャム</p>
<p>カリフラワーにはビタミンCやビタミンBが多く、風邪を予防をしたり、新陳代謝を高める働きがあります。</p>		<p>キムチは『発酵食品』です。乳酸菌がたくさん含まれています。</p>	<p>オイマヨサラダはオイスターソースとマヨネーズを混ぜて作るドレッシングを使ったサラダです。</p>	<p>ラーメンには豚肉、白菜、人参、キャベツ、ねぎが入り、栄養満点です。</p>
<p>19日(土) 学校公開日 21日(月) 19日の代休</p>	<p>22日(火) </p> <p>セルフおにぎり ひじきののもの だいこんのみそし る</p>	<p>23日(水) </p> <p>こくとうぱん フィッシュ& チップス コンソメスープ</p>	<p>24日(木)</p> <p>ばらずし だいこんのきんぴ ら すましじる</p>	<p>25日(金) </p> <p>むぎごはん かいぐんさんの にくじゃが ニギスのいそべあげ</p>
<p>22日 給食開始当時の献立 給食が始まった当初、小学校給食は家から持ち寄った野菜や米で作られていました。少しその頃のことを思って食べてみましょう。</p>		<p>フィッシュアンドポテトはイギリス料理で、ファストフードとして親しまれています。</p>	<p>京都の北部、京丹後市では鯖缶を使ったちらし寿司、『ばらずし』が有名です。</p>	<p>明治時代、東郷平八郎がイギリスで食べたビーフシチューの味が忘れられずに作らせたのが「肉じゃが」の始まりです。</p>
<p>28日(月) </p> <p>パン ビーフシチュー かんぴょうサラダ</p>	<p>29日(火)</p> <p>ぶたにくとキャベ ツのごまみそどん かきたまじる</p>	<p>30日(水) </p> <p>あじつけぱん しろみざかなの プロバンスふう コーンポタージュ スープ</p>	<p>31日(木) </p> <p>きょうだごはん アジのまるごとあ げ ぼかぼかみそしる</p>	<p>みんなでたのしく 感謝して 給食を食べよう!</p> 
<p><かんぴょうサラダ> かんぴょうは『乾物』で、夕顔の実を薄く削って、干して乾燥させて作ります。水で戻し、ゆでた後、野菜と和えてサラダにしています。</p>		<p>フランスのプロバンス地方では、にんにく、トマト、オリーブオイルなどを用いた料理が多く食べられています。</p>	<p>西舞鶴の京田地域に伝わるご飯で、豆腐、鶏肉、人参、ごぼうを炒め、味付けしたものをごはんに入れて作ります。</p>	