

1 がっ こんだてひょう

舞鶴市立中筋小学校
平成30年1月10日

1月の給食目標

『みんなで楽しく 感謝して食べよう!』

1月22日～1月31日まで、中筋小学校給食週間です。

給食について、食べ物について、食べることで健康に

ついて考えましょう。また、今日は伝えていきたい味として「乾物」をたくさん使いました。給食だよりとあわせて探してみましょう。



わたしたちが生きていけるのは、食べ物としてたくさんの動物や植物のいのちを「いただいて」いるからです。だから、そのいのちを無駄にしないためにも、食べるときは一口一口よく味わい、最後の一口まで大切に食べましょう。

「ご馳走さま」の「馳」も「走」も「はしる」という意味です。昔は、お客様を迎えるには、あちこち走り探し回って、山のもの、海のものと材料をそろえて準備をしました。「ごちそうさま」というのは、「わたしたちのためにかけ回って、このようなもてなしをしてくださってありがとうございます」という意味のあいさつなのです。



11日(木)	12日(金)
カレーライス	きなこあげパン
ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう
ゴボウサラダ	かんぴょうサラダ
ふくじんづけ	かきたまじる
【インド→日本の料理】 インドのカレーは、日本のみそ汁のような料理で、家庭ごとに味が違います。	調理したパンは昭和30年代の終わりごろから給食に出されるようになりました。今も人気メニューですね。今月はきなこ味です。

15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)
ごはん ぎゅうにゅう おでん ブリのてりやき	ばらずし ぎゅうにゅう ほうれんそうとゆばのごまあえ すましじる	ぜんりゅうふんパン ぎゅうにゅう クリームシチュー パインサラダ	きりぼしだいこんいり スタミナどん ぎゅうにゅう わかめスープ	こがたパン ぎゅうにゅう ちゃんこうどん カレーにくまん いちごジャム
【地場産物の日】ブリ ブリは出世魚です。「アオコ」→「ツバス」→「ハマチ」→「マルゴ」→「ブリ」!	【ばらずし】 京都府の北部、京丹後市や宮津市で食べられるちらし寿司のことです。	【ぜんりゅうふんパン】 今月3回目の全粒粉パンです。	【スタミナどん】 新メニューです。切干大根が入ることにより、カミカミ献立にもなっています。ご飯にかけて食べましょう!	【金曜日はカレーの日】 舞鶴の商店街や飲食店で取り組まれているプロジェクトです。にくまんは、給食室での手作りです。
22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)
ごはん ぎゅうにゅう かいぐんさんのにくじゃが こうやとうふのたまごとじ	きょうだごはん ぎゅうにゅう アジのまるごとあげ ぽかぽかじる	こくとうパン ぎゅうにゅう さといものグラタン ミネストローネ	セルフおにぎり ぎゅうにゅう ひじきに のり みそしる	パン ぎゅうにゅう ポークビーンズ ごまザンギ
【海軍さんの肉じゃが】 明治時代、東郷平八郎がイギリスで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だと言われています	【地場産物の日】アジ・舞鶴ワカメ 京田ごはんなは、舞鶴の京田地域に伝わるごはんです。ぽかぽか汁には生姜がはいっています。	【グラタン】 フランス発祥の郷土料理 今月のグラタンは里芋が入っています。里芋のネバネバ成分は免疫力を高めてくれます。しっかり食べて強い体をつくろうね!	【昔の給食】 明治22年、貧しくて給食を持ってこられない子どもたちのために給食が始まりました。	【ごまザンギ】 北海道では、からあげのことをザンギと呼びます。
29日(月)	30日(火)	31日(水)	ありがとう のきもちをこめて 食事のあいさつ をきちんとしてよう! いただきます ごちそうさま いのちをいただく	
ギョウザどん ぎゅうにゅう スーミータン	きゅうしょくふうパエリア ぎゅうにゅう スパニッシュオムレツ	あじつけパン ぎゅうにゅう しろみさかなのプロバンスふう コーンポタージュスープ		
【Gyo-zadon】 6年生の家庭科の夏休みの宿題から生まれた献立です。	【パエリア】 パエリアとは、フライパンを意味します。※今日は、大きなおかずはありません。	【プロバンス】 揚げた白身魚に玉ねぎ、にんにく、トマトをオリーブオイルで作ったソースをかけます。		

※警報などによる給食中止の影響で、こんだてを変更する場合があります。ご了承ください。