

旬の食材 大根、はくさい、かぶ、ブロッコリー、カリフラワー、ほうれん草、小松菜、ねぎ、にんじん、りんご、みかん、ゆず、ぶりほっけ、さわら、さけ

給食では、旬の食材をたくさんつかっています。どこに入っているか探してみてくださいね。

平成26年

1月の目標 感謝して食べよう。

1月のこんだて

福島市・川俣町学校給食センター

赤 血や肉となる
緑 体の調子を整える
黄 熱や力となる

1月給食だより

新しい年を迎えました。今年は何年になるでしょうか、楽しみです。 「1年の計は元旦にあり」という言葉があります。今年1年間を健康で過ごすために、自分の目標を立ててみましょう。まだまだ寒い日が続きますが、体調に気をつけて毎日を過ごしましょう。



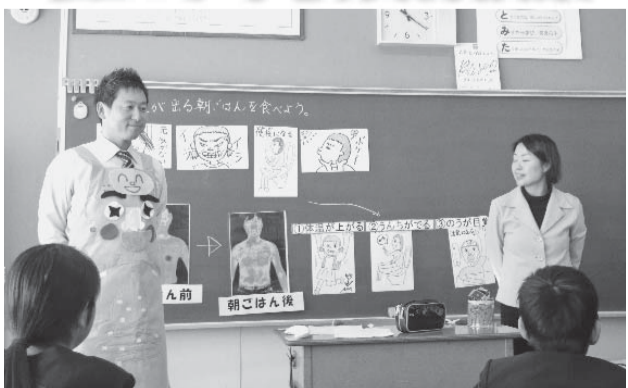
1月の残食計量期間 20~24日

月	火	水	木	金
13 せいじん ひ 成人の日 ・彩り和え ・ササミのレモン醤油 ・のりふりかけ ・玉ねぎのみそ汁 ・ごはん	14 ・ハンバーグ ・オムレツ ・デミグラスソース ・ワインソースかけ ・マーマレードジャム ・クラムチャウダー ・コッペパン	8 ・カラフル和え ・さわらの西京焼き ・ごはん ・冬野菜たっぷりみそ汁	9 ・りんご ・親子丼の具 ・ごはん ・ほうれん草サラダ	10 ・3色和え ・しゅうまい(小・中2個) ・中華麺 ・担々麺かけ汁
20 ・彩り和え ・ササミのレモン醤油 ・のりふりかけ ・玉ねぎのみそ汁 ・ごはん	21 ・コーンサラダ ・オムレツ ・マーマレードジャム ・クラムチャウダー ・コッペパン	15 ・ごま和え ・ピリ辛そぼろごはんの具 ・ごはん ・白菜のみそ汁	16 ・冬野菜カレー ・みかん ・麦ごはん ・ナッツフィッシュ	17 ・春雨サラダ ・からあげ(小・中2個) ・わかめごはん ・豚汁
27 べんとう ひ お弁当の日 ・ひじきサラダ ・ソース ・シャモメンチ ・シャモメンチ ・切れ目丸パン ・シャモピヨンスープ	28 ・ひじきサラダ ・ソース ・シャモメンチ ・シャモメンチ ・切れ目丸パン ・シャモピヨンスープ	22 ・りんご ・野菜炒め ・納豆 ・大根のみそ汁 ・ごはん	23 ・ごぼうのマヨネーズ和え ・鯛飯の具 ・ごはん ・ことじ	24 ・わかめ和え ・ちくわの天ぷら ・ほうとうめん ・ほうとうめん汁
29 ・いかにんじん ・ほうろく焼き ・ごはん ・ざくざく煮	30 ・白菜のおひたし ・鮭の塩焼き ・味噌汁のり ・いもがら汁 ・ごはん	29 ・いかにんじん ・ほうろく焼き ・ごはん ・ざくざく煮	30 ・白菜のおひたし ・鮭の塩焼き ・味噌汁のり ・いもがら汁 ・ごはん	31 ・ひきなもち ・豚肉のじゅうねん焼き ・ごはん ・せんべい汁

1月献立紹介

17日(金) 山木屋中学校希望献立
 山木屋中学校のみなさんが、全員で集計を取り、人気のメニューを作りました。中学生らしいボリュームのある献立で、おいしそうですね！栄養のバランス、色合いもとても良いです。

富田小学校食育授業



「元気ができる朝ごはんを食べよう」という題で話しました。

学校給食週間 1月23日(木)~31日(金)

学校給食は、明治22年に山形県鶴岡市の私立忠愛小学校で、お弁当を持ってこれない貧しい子どものために始められましたが、昭和19年に戦争のため給食が中断されました。戦後、昭和21年12月24日から、東京・神奈川・千葉の3都県の学校で全児童を対象に試験給食が行われました。文部科学省では、これを記念して毎年冬休みと重ならない1月24日から1週間を全国学校給食週間としています。当給食センターでは、23日から31日にかけて郷土料理や、福島市・川俣町の特産品を使った料理などを提供します。

- 23日(木)** …… 鯛飯の具…今年も愛媛県愛南町からおいしい鯛が贈られてきました。新鮮な鯛をごはんと混ぜてシンプルに食べてみてください。ことじ…南会津地方の郷土料理です。祭りや祝い事など事日に作ることから、この名が付けました。
- 24日(金)** …… ほうとうかけ汁…山梨県の郷土料理です。冬によく食べられる体の温まる料理です。
- 28日(火)** …… 川俣シャモメンチ・シャモピヨンスープ
川俣町の特産品であるシャモを使用した献立です。
- 29日(水)** …… ほうろく焼き…福島県三春町で有名な郷土料理です。三角の油揚げにみそをぬったものです。いかにんじん…福島県で広く食べられている郷土料理です。ざくざく煮…安達地方などで大晦日、お祭り、節句などに食べます。
- 30日(木)** …… 明治22年の給食を再現した献立です。当時の献立は、おにぎり・焼き魚・漬け物などでした。
- 31日(金)** …… ひきなもち…県北地方の郷土料理で、特産物の凍み豆腐が入っています。豚肉のじゅうねん焼き…福島県の特産品であるじゅうねんというそ科の植物の実を利用した料理です。せんべい汁…青森県八戸市の郷土料理です。すいとんの代わりに、保存のきくせんべいが使われました。

※献立は材料の都合により変更になることがありますので、ご了承ください。