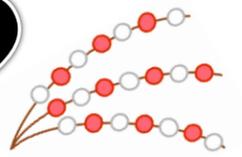


1月 こんだてひょう



今月の
給食目標は

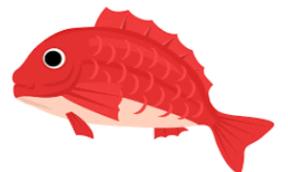
郷土(きょうど)の食べものを知ろう

月	火	水	木	金
<p>○主食 ○主菜 ○副菜(和え物・サラダ等) ○副菜(汁・煮物等)</p>	<p>♪牛乳は毎日です ♪献立は都合により 変更する場合があります</p>		<p>春の七草</p>	<p>8 ごはん(少なめ) あかうおの塩麴焼き 青菜とチーズのおひたし お雑煮 くだもの(みかん)</p> <p>鏡開きの献立</p>
<p>11</p>	<p>12 ソフトめん ちくわの磯辺揚げ (1~3年1こ、4~6年2こ) ひじきとささみのサラダ きつね汁</p>	<p>13 ごはん ハッシュドビーフ すくすくごぼうサラダ さわやかみかんゼリー</p> <p>「食べて応援！」 長野県産牛肉を味わう日</p>	<p>14 米粉パン(小さめ) とり肉のから揚げ だいこんサラダ ABCスープ</p> <p>3. 4年なし、6年ミニバイキング</p>	<p>15 とりごぼうごはん ひたし豆 いそかサラダ 真鯛のみそ汁</p> <p>「食べて応援！」 愛媛県産真鯛を味わう日</p>
<p>18 ごはん さばの梅煮 切り干し大根のごま酢あえ 粕汁 くだもの(ぼんかん)</p>	<p>19 ソフトめん(少なめ) おからコロッケ ツナサラダ 五目あんかけスープ</p>	<p>20 ごはん わかさぎの南蛮漬け きゃべつのおかかあえ スンドゥブチゲ</p>	<p>21 コッペパン 豆腐のミートローフ グリーンサラダ たまごスープ ミルク(コア)</p>	<p>22 ごはん ドライカレー あっさりポテトサラダ チンゲンサイの ミルクスープ</p>
<p>25 セルフおにぎり (ごま塩ごはん・焼きのり) 焼き魚(さけ) つぼづけあえ じゃがいものみそ汁 おわんの中でごはんをコロコロ、のりであついで食べよう</p>	<p>26 ソフトめん(少なめ) ほうれん草のキッシュ サワー漬け カレーソース</p>	<p>27 ごはん(少なめ) 山賊焼き 野沢菜ふりかけ すいとん汁</p> <p>長野県の郷土料理こんだて</p>	<p>28 昭和の揚げパン ポークビーンズ 海そうサラダ チーズ</p>	<p>29 わかめごはん ミートココットパイ かみかみサラダ なめこ汁 クレープ(いちご)</p> <p>6の2希望献立</p>

15日は、愛媛県からやってくる「真鯛」を使った給食です。

愛媛県は、マダイの養殖が日本一です。全国のマダイの半分以上が愛媛県産。愛媛の海は、リアス海岸という静かな海、黒潮というきれいで暖かい海水がたくさん入ってくる海です。

この海で育ったたくさんのマダイが、新型コロナウイルスの影響で行き場を失ってしまったため、今回長野県の給食向けに届けていただきました。愛媛の養殖業について知り、応援しましょう。



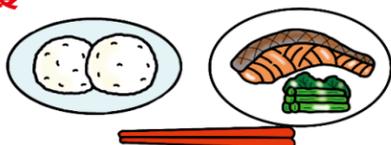
1月25日~29日は、給食週間です。

給食に携わる方や食べ物への感謝の気持ちを持ち、バランスよく残さず食べることを意識してできるようにしましょう。

期間中は、給食のはじまりにちなんだメニューや、郷土料理、むかしの給食が登場します。

日本で最初の給食

おにぎり、
塩づけ、菜の漬物



昭和の時代のなつかし給食

揚げパン・くじらの電田揚げ・カレーシチュー

