

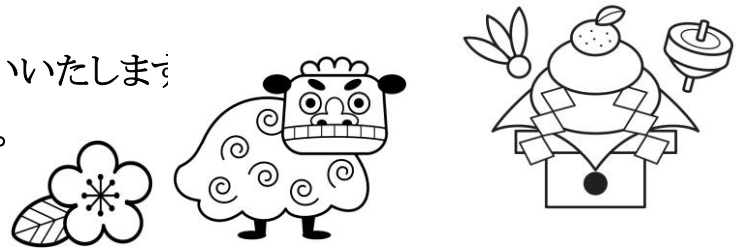
1月 きゅうしょくこんだてひょう

令和 2年

菅平小学校

あけまして おめでとうございませう。

本年も安心・安全でおいしい給食を心がけますので、よろしくお願ひいたします。
寒さが一段と厳しくなり、風邪やインフルエンザが流行する季節です。
栄養バランスの良い食事と十分な睡眠をとって元気に過ごしましょう。



月	火	水	木	金
	7 ・ごはん ・にくじゃが ・のりあえ ・ニラときゃべつのみそしる	8 ななくさのこんだて ・なめしごはん ・だいこんとツナのもの ・てっこつサラダ ・きのこじる	9 ・ごはん ・カレーコロケ ・はくさいふうみづけ ・ぐだくさんじる	10 かがみびらきのこんだて ・ごはん ・さわらのゆずかおりやき ・なます ・ぞうに
13 せいじん ひ 成人の日 	14 ・はつかげんまいごはん ・レバーとこおりとうふ ケチャップに ・かいそうサラダ ・とうふのすましじる	15 ・ごはん ・ちくわいそばあげ ・ひじきのマリネ ・キムチスーフ	16 いいはのひ ・はつかげんまいごはん ・あじのパリパリあげ ・あおなとちくわのあえもの ・こおりとうふのみそしる	17 ・むぎごはん ・ふゆやさいかレー ・はくさいときゃべつ あまずづけ ・りんご
20 こしょうがつのこんだて ・すくなめごはん ・さかなのこうみやき ・かわりしらあえ ・すましじる ・しらたまぜんざい	21 本原小6年希望献立 ・うどんふうソフトめん ・きつねうどんじる ・タンドリーチキン ・ポテトサラダ ・フルーツしらたま	22 きゅうしょくきねん日 ・むぎごはん ・さけのしおやき ・うのはないため ・すいとんじる	23 ・ごはん ・あつあげのそぼろあんかけ ・すのもの ・かすじる	24 ちいきしょくざいの日① ・ごはん ・だいこんといかののもの ・だいずのシャキシャキあえ ・きゃべつのみそしる
27 ・ごはん ・さかなのねぎみそやき ・こぎつねサラダ ・いものこじる	28 ・ごはん ・すぶた ・はるさめサラダ ・うずらたまごと あおなのスーフ	29 ・さんしょくどん ・きんぴらごぼう ・もずくのみそしる ・ぽんかん	30 ちいきしょくざいの日② ・はつかげんまいごはん ・まめまめみそまめ ・いとかてんのサラダ ・いなかじる	31 ・コッペパン ・ポテトのチーズやき ・だいこんサラダ ・キャベツとソーセージ スーフに

・献立表は、台所等に貼って家庭での食事の参考等にご活用ください。・都合により献立を変更することがあります

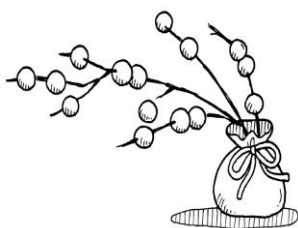
☆ きゅうにゅうが、まいにちつきます。つめたいけとえいようたっぴ

8日(水)七草の献立:七草は、昔から伝わる伝統行事です。学校のお休みの関係で1日遅れですが「菜め
ご飯」をお出しします。七草、いくつ言えますか?

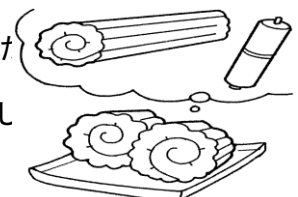


10日(金)鏡開きの献立: 今年「お雑煮」です。鶏肉入りすまし汁仕立ての雑煮は東信地域の
郷土の味です。お雑煮は地域によってみそ味・しょうゆ味などがあり、おもちの形も丸や角などさまざまです。

20日(月)小正月の献立:1月15日あたりに、小正月を祝う風習が古くからあります。地域によって違いますが、小正月には、
繭玉などをかざったり、どんど焼をしたり、小豆がゆなどを食べたりします。



22日(月)給食記念日:戦後昭和21年12月に外国から送られたミルクや缶詰で、全国的に学校給食が始まりました。
さらに昔の明治22年には各地でおにぎりや焼鮭と汁物というような食事が提供され
のが始まりとされています。このような給食の長い歴史を記念し、感謝していただきまし



24日(金)地域食材の日:地元産の大豆や大根などを使った献立です。おいしい大豆や野菜のうま味を感じてください。