


月 火 水 木 金

京都のイタリアンレストランの超人シェフが
スーパー給食を
つくり、千早赤阪村に来てくれます!
1/15(水)



村でとれた野菜や
豆乳を使って、いつも
と少し違った給食
を調理員さんと一緒に
作ってくれます。
ごはん合うイタリア
料理の給食...♪
楽しみにしていて下さい!
メニューはこちら↓

京都ネーゼより
森十専史 シェフ
木原章太 シェフ
奥野史馬 シェフ

おせち料理
お正月の食べ物といえば、おせち料理とお雑煮ですね。
おせち料理は、“めでたさを重ねる”という縁起をかついで、お重につめられ、料理にも健康長寿や五穀豊穡、子孫繁栄などの願いをこめて、縁起のよい食べ物が使われています。

- エビ……腰が曲がるまで長生きするように
- こぶ巻き…「よるこぶ」の語呂合わせ
- 田作り……小魚を肥料にしたことから、豊作になるように
- だて巻き…巻き物に見立て、知識や教養がつくように
- きんとん…漢字で「金団」と書き、金銀財宝に恵まれるように
- 黒豆……「まめに働く」の語呂合わせ
- たたきごぼう…「開きごぼう」ともいわれ、運がひらけるように
- 数の子……子宝に恵まれるように

9	エネルギー	たんぱく質	脂肪	10	エネルギー	たんぱく質	脂肪	11	エネルギー	たんぱく質	脂肪
	691 kcal	27.3 g	19.5 g		605 kcal	19.9 g	15.5 g		635 kcal	25.0 g	24.3 g
まめまめごはん えびのてんぷら れんこんのいそべあげ あおなのむらもじる				ごはん はくさいのクリームに ジャガイモとはるさめのいためもの りんご				レーズンパン キャベツいりオムレツ こまつなとソーセージのソテー ジュリエヌスープ オレンジゼリー			

14	エネルギー	たんぱく質	脂肪	15	エネルギー	たんぱく質	脂肪	16	エネルギー	たんぱく質	脂肪	17	エネルギー	たんぱく質	脂肪	18	エネルギー	たんぱく質	脂肪
	706 kcal	30.0 g	17.6 g		682 kcal	25.6 g	14.5 g		613 kcal	19.7 g	11.0 g		622 kcal	27.3 g	19.3 g				
せいじんのひ				ごはん とりももにくのとうにゅうグラタン かいばしらとキノコのラグーソースのバスタ あかオレンジゼリー				ひじきずし なっばのにびたし ぜんざい ぎゅうにゅう				《しんさいこんだて》 おむすび ふかしいも ぶたじる みかん				コッペパン ポークシチュー ブロッコリーのソテー ミニトマト ネーブル			

21	エネルギー	たんぱく質	脂肪	22	エネルギー	たんぱく質	脂肪	23	エネルギー	たんぱく質	脂肪	24	エネルギー	たんぱく質	脂肪	25	エネルギー	たんぱく質	脂肪
	746 kcal	27.0 g	30.0 g		754 kcal	37.3 g	31.6 g		668 kcal	24.5 g	19.5 g		645 kcal	27.5 g	15.6 g		614 kcal	27.5 g	17.9 g
ごはん さばのたつたあげ さといものごまあえ かすみそしる りんご				しょうパン ハンバーグ チーズ(小) ミネゼリー(幼) キャベツとコーンのソテー じゃがいものポタージュ				ごはん とうふとささみのくず こまつなとやきふたのピリカラいため だいがくいも				カレーうどん おにぎり ちくわのてんぷら ほうれんそうとえのきのあえもの かみかみくろまめ				あげパン くらのケチャップに マカロニとやさいのスープ バナナ			

28	エネルギー	たんぱく質	脂肪	29	エネルギー	たんぱく質	脂肪	30	エネルギー	たんぱく質	脂肪	31	エネルギー	たんぱく質	脂肪	せつぶん
	751 kcal	22.7 g	23.7 g		657 kcal	28.1 g	22.6 g		621 kcal	25.2 g	17.0 g		620 kcal	26.0 g	14.8 g	節分南立
カレーライス ツナとキャベツのサラダ いよかん ぎゅうにゅう				コッペパン アジのフライ キウイフルーツ こまつなのピーナッツあえ ベーコンとじゃがいものスープ				ごはん いわしのうめに はくさいのおひたし だいこんのみそしる みかん				まきずし めざし ほうれんそうのおひたし すましる せつぶんまめ ぎゅうにゅう				まきずしを 恵方(えんぎの よい方向)を むいて食べ ると 良い事 があるかも? 今年の恵方は 南南東です



