

月 火 水 木 金

## おせち料理の種類と込められた願い

新しい年の始まりとなるお正月は、昔から大切にしてきた年中行事です。おせち料理は地域や家庭によって様々ですが、縁起の良い食材を使って、1年の健康や幸せを願います。

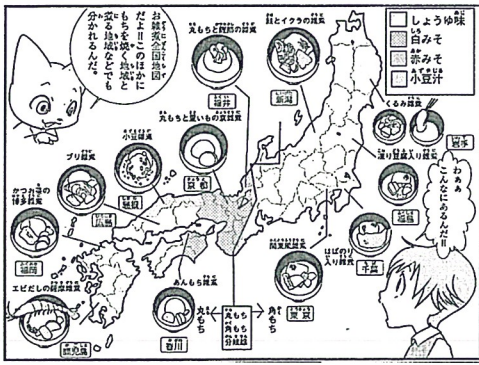


- 黒豆** まめ(まじめ)に働き、まめ(健康)に暮らせるように。
- 数の子** 卵(子)の数が多ことから、子宝に恵まれ代々栄えるように。
- 田作り(ごまめ)** 小魚を田んぼの肥料にしたことから、豊作を願って。

- 昆布巻き** 「よろこぶ」の語呂合わせで縁起を担いだもの。
- エビ** 腰が曲がっている様子から、腰が山がるまで長生きできるように。
- 焼き魚** プリやサケ、タイなどを用い、縁起を担ぐ。
- 紅白なます** お祝いの水引を表し、縁起を担いだもの。
- れんこん** 穴から向こうが見えることから、将来の見通しがきくように。
- 里いも** 親いもに子いもがたくさんつくことから、子宝に恵まれるように。

- くわい** 大きな牙を伸ばすことから、芽が出るように。
- たたきごぼう** ごぼうの根は地中深く張ることから、たくましく、家族が土地に根を張り揺らがないように。
- 伊達巻き** 巻物(書物)に見立て、知識や教養が身につくように。
- 紅白かまぼこ** 赤は魔よけ、めでたさ、白は清浄、しんじい(新しい)の意を、神聖な色を表す。
- きんとん** 黄金に見立て、金運に恵まれるように。

お雑煮は地域で違いがありますね。おうちではどんなお雑煮を食べるかな？



12	13	14
エネルギーたんぱく質 838 kcal 34.5 g 20.7 g	エネルギーたんぱく質 828 kcal 30.7 g 27.3 g	エネルギーたんぱく質 810 kcal 37.8 g 25.1 g
豆まめごはん 牛乳 ささみの天ぷら きんかん かぼちゃの天ぷら 青菜のむらも汁	ごはん 牛乳 さばの塩焼き 里芋のごま和え かすみそ汁	黒糖パン 牛乳 鶏肉のカレーチーズ焼き ポテトサラダ♪ ヨーグルト ミネストラスープ

17	18	19	20	21
エネルギーたんぱく質 894 kcal 26.3 g 12.6 g	エネルギーたんぱく質 773 kcal 34.4 g 21.1 g	エネルギーたんぱく質 762 kcal 34.5 g 18.5 g	エネルギーたんぱく質 784 kcal 31.7 g 16.7 g	エネルギーたんぱく質 758 kcal 34.8 g 27.2 g

<b>《しんさいこんだて》</b> おむすび 牛乳 ふかしいも 豚汁♪ みかん	揚げパン♪ 牛乳 くじらのノルウェー煮 マカロニと野菜のスープ♪ バナナ	ごはん 牛乳 いわしのしょうが煮 じゃり豆 みそ汁	おにぎり 牛乳 カレーうどん あじの磯辺揚げ 小松菜とえのきの和え物♪	米粉パン 牛乳 キャベツ入りオムレツ キャラメルパテ ほうれん草とソーセージのソテー じゃがいもポタージュ

24	25	26	27	28
エネルギーたんぱく質 811 kcal 26.7 g 21.8 g	エネルギーたんぱく質 836 kcal 30.7 g 30.2 g	エネルギーたんぱく質 901 kcal 39.0 g 24.7 g	エネルギーたんぱく質 891 kcal 36.4 g 24.3 g	エネルギーたんぱく質 844 kcal 42.2 g 34.3 g

ごはん 牛乳 ハッシュドポーク ツナとキャベツのサラダ りんご♪	コッペパン 牛乳 ほうれん草のグラタン キャベツとアーモンドのサラダ にんじんポタージュ 小魚ナッツ	たらこふりかけごはん♪ 竹輪の天ぷら♪ 切り干し大根の煮物 小松菜のみそ汁 牛乳	まきずし 牛乳 ししゃもの天ぷら ほうれん草のおかか和え けんちん汁 節分豆	食パン 牛乳 ハンバーグ♪ スライスチーズ キャベツのカレーソテー クラムチャウダー♪

31
エネルギーたんぱく質 779 kcal 28.4 g 13.2 g

ごはん 牛乳 肉じゃが 白菜のごま和え みかん

## 全国学校給食週間 1月24日~30日

戦争でとどえていた学校給食を再開することになり、昭和21年12月24日に給食用物資の贈呈式が行われたことから、この日を「学校給食感謝の日」とし、冬休みと重なるため、1か月後の1月24日~30日が「全国学校給食週間」となりました。

現在、全国の学校給食で、この期間に特色ある献立を取り入れるなどし、学校給食を広くアピールしています。千早赤阪村の学校給食では、少し早いですが、18日に懐かしの献立として「揚げパン」「くじらのノルウェー煮」、19日は郷土料理「じゃり豆」を実施します。お楽しみに!



## 思い出の給食アンケート

中学3年生が卒業までに、もう一度食べたい料理を記入しました。

♪のついた料理です。



