

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。

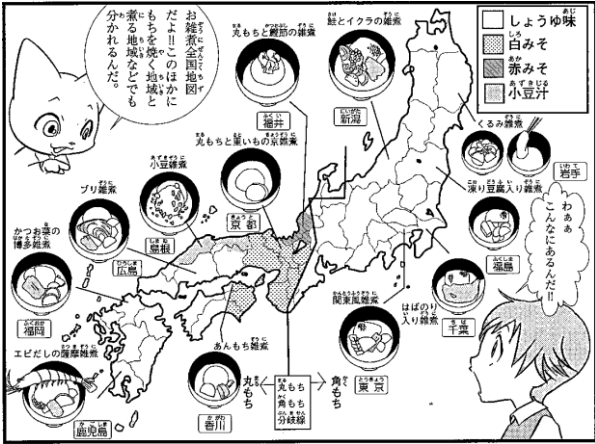


- 黒豆** まめ (まじめ) に働き、まめ (健康) に暮らせるように。
- 数の子** たまご (子) の数が多いため、子だからめでたいのほかに宝に恵まれ代々栄えるように。
- 田作り (ごまめ)** こまかな 小魚を田んぼの肥料にしたことから、豊作を願って。

- 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** しなやかな腰が曲がっている様子から、腰がま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** あな 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** おや 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** おおきな芽を伸ばすことから、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、家族・家業が土地に根を張り揺らがないように。
- 伊達巻き** まきもの (巻物) 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、神聖な色を表す。
- きんとん** おうこん みた 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？



11	エネルギー 659 kcal たんぱく質 25.4 g しつ 17.0 g	12	エネルギー 632 kcal たんぱく質 28.1 g しつ 16.4 g	13	エネルギー 696 kcal たんぱく質 27.7 g しつ 30.0 g
まめまめごはん♪ ささみのてんぷら かぼちゃのてんぷら あおなのむらもじる	おにぎり ぎゅうにゅう カレーうどん あじのいそべあげ こまつなとえのきのあえもの♪	コッペパン ぎゅうにゅう ぶたにくのカレーチーズやき ポテトサラダ ミネストラスープ♪			

16	エネルギー 706 kcal たんぱく質 34.7 g しつ 17.9 g	17	エネルギー 673 kcal たんぱく質 21.7 g しつ 11.4 g	18	エネルギー 632 kcal たんぱく質 20.8 g しつ 17.0 g	19	エネルギー 630 kcal たんぱく質 24.1 g しつ 18.3 g	20	エネルギー 633 kcal たんぱく質 29.3 g しつ 20.6 g
ひじきずし ぎゅうにゅう とりにくのてりやき なっばのにびたし ぜんざい♪	《しんさいにんだて》 おむすび ぎゅうにゅう ふかしいも ぶたじる♪ みかん	ごはん ぎゅうにゅう はぐさいのクリームに ジャガイモとはるさめのいためもの りんご	たらこふりかけごはん ちくわのてんぷら♪ きりぼしだいこんのもの こまつなのみそしる ぎゅうにゅう	こめコパン♪ ぎゅうにゅう キャベツいりオムレツ キャラメルパテ ブロッコリーのソテー にんじんポタージュ					

23	エネルギー 652 kcal たんぱく質 20.4 g しつ 21.8 g	24	エネルギー 648 kcal たんぱく質 32.0 g しつ 26.0 g	25	エネルギー 633 kcal たんぱく質 30.8 g しつ 17.7 g	26	エネルギー 703 kcal たんぱく質 28.3 g しつ 26.2 g	27	エネルギー 619 kcal たんぱく質 27.6 g しつ 17.8 g
ハヤシライス♪ ツナとキャベツのサラダ ネーブル ぎゅうにゅう	コッペパン ぎゅうにゅう ハンバーグ ほうれんそうとコーンのソテー クラムチャウダー	ごはん ぎゅうにゅう いわしのしょうがに じゃりまめ とうふとわかめのみそしる	ごはん ぎゅうにゅう さばのおやき さといものごまあえ♪ かすみしる	あげパン♪ ぎゅうにゅう くじらのノルウェーに♪ マカロニとやさいのスープ♪ バナナ					

30	エネルギー 657 kcal たんぱく質 23.8 g しつ 11.9 g	31	エネルギー 609 kcal たんぱく質 22.1 g しつ 18.0 g
ごはん ぎゅうにゅう にくじゃが はぐさいのごまあえ みかん	コッペパン はっこうにゅう ケチャップフランク キャベツのカレーソテー かぼちゃポタージュ	<p>全国学校給食週間 1月24日~30日</p> <p>戦争でとだ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。</p> <p>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、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、25日は郷土料理「じゃり豆」、27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」を実施します。お楽しみに!</p>	

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給食をアンケートしました。♪のついた料理です。

各校ごとの実施日については学校だより等をご確認下さい。また、エネルギー、たんぱく質、脂質は小学校中学年の量を記載しています。

月 火 水 木 金

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給食をアンケートしました。人気のあったメニューを1~3月にできるだけ取り入れます。♪のついた料理です。

主食

- 1位 揚げパン... 5票
2位 ビビンバ... 4票
3位 米粉パン... 3票
3位 豆まめごはん... 3票

他に、大のねらい、白菜ラーメン、ハヤシライス、ミートスパイ、など

主菜

- 1位 UFO揚げ... 3票
1位 肉卵のちみ蒸し... 3票
1位 さばの竜田揚げ... 3票

他に、鶏のから揚げ、春巻き、豚カツ、ハンバーグ、くじらのハシラエ煮、など

副菜

- 1位 じゃこピーマン... 7票
2位 ピリカラきゅうり... 6票
3位 わかめサラダ... 5票

他に、小木公菜とえのきの和えもの、あげじゃが、うずら卵と野菜の炒めもの、チンゲンサイのアーモンドあえ、など

Table with columns 11, 12, 13 and sub-columns for ingredients like 牛乳, おにぎり, コッペパン, 生乳, 豚肉のカーチス焼き, ミネストラスープ, etc.

Table 16: すしごはん(S), ひじきずし, 鶏肉の照り焼き, etc.

Table 17: おむすび, 豚汁, ぶかしも, みかん, なっばの煮びし, etc.

Table 18: ごはん(M), 白菜のクリーム煮, じゃがいもと春雨の炒め物, りんご, etc.

Table 19: ごはん(M), たらこふりかけ, 竹輪の天ぷら, 小松菜のみそ汁, etc.

Table 20: 米粉パン, キャベツ入りオムレツ, にんじんポタージュ, キャラメルパテ, etc.

Table 23: ごはん(M), ハヤシライス, ツナとキャベツのサラダ, etc.

Table 24: コッペパン, ハンバーグ, クラムチャウダー, ネーブル, etc.

Table 25: ごはん(M), いわしのしょうが煮, じゃり豆, etc.

Table 26: ごはん(M), さばの塩焼き, かすみ果汁, etc.

Table 27: 揚げパン, マカロニと野菜のスープ, くじらのハシラエ煮, etc.

Table 30: ごはん(M), 肉じゃが, 白菜のごま和え, etc.

Table 31: コッペパン, ケチャップフランク, かぼちゃポタージュ, etc.

汁もの

- 1位 豚汁... 9票
2位 わかめスープ... 5票
3位 キムチスープ... 4票

デザート

- 1位 豆乳プリン... 8票
2位 くるみもち... 6票
3位 フルーツ白玉... 4票

他に、米粉豆腐ドーナツ、ぜんざい、すだちゼリー、いちご、オレンジゼリー、みたらし団子、わらびもち など