

月

火

水

木

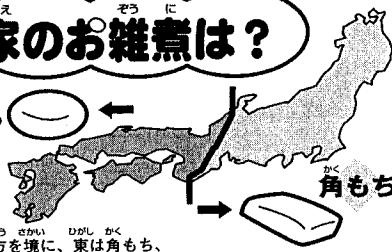
金



### あなたの家のお雑煮は？

丸もち

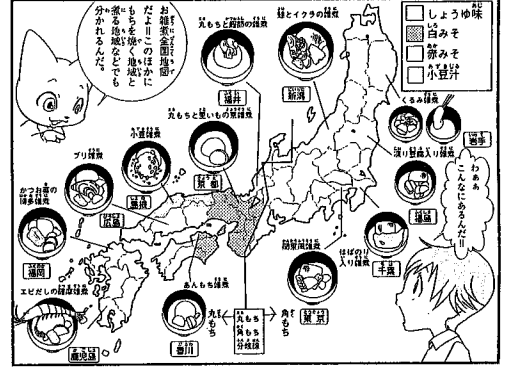
角もち



日本は地域によって様々な食文化があります。お正月に食べるお雑煮は、地域や家庭の味が受け継がれているもの一つではないでしょうか。だし、味つけ、もちの形…あなたの家では、どんなお雑煮を食べますか？

中部地方を境に、東は角もち、西は丸もちを入れる所が多いです。

お正月に全国地図



8

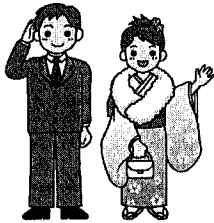
9

10

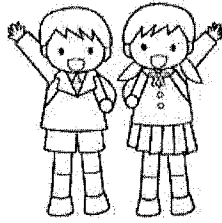
11

12

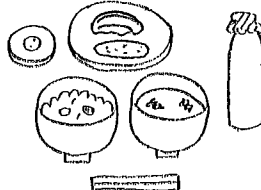
### 成人の日



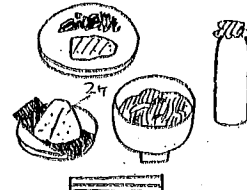
### 始業式



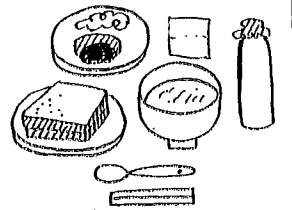
豆まめごはん 牛乳  
ささみの天ぷら  
かぼちゃの天ぷら  
青菜のむらも汁 きんかん



♪カレーうどん  
おにぎり あじの磯辺揚げ  
♪小松菜とえのきの和え物  
牛乳



食パン 牛乳  
ハンバーグ スライスチーズ  
キャベツとコーンのソテー  
粉豆腐入り卵スープ



15

16

17

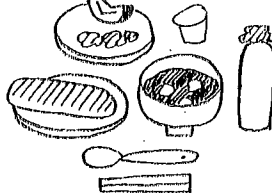
18

19

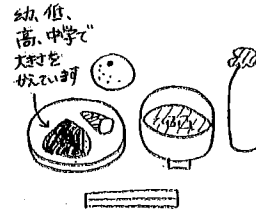
ひじきずし 牛乳  
いかのつけ焼き  
なっばの煮びたし  
ぜんざい



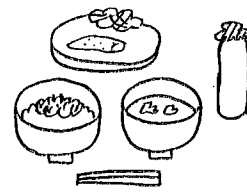
コッペパン 牛乳  
ポークシチュー  
ブロッコリーのごまマヨ和え  
りんご ヨーグルト



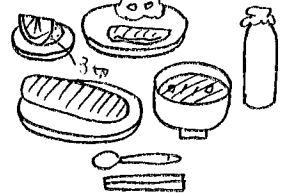
《震災献立》  
おむすび 牛乳  
ふかしもち ♪豚汁  
♪みかん



♪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  
白菜のみそ汁 牛乳



コッペパン 牛乳  
鶏肉のカレーチーズ焼き  
♪ポテトサラダ オレンジ  
♪ミネストラスープ



22

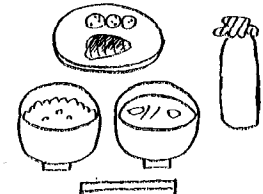
23

24

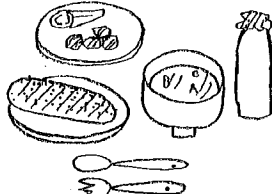
25

26

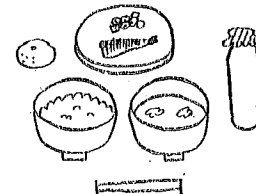
ごはん 牛乳  
さばの塩焼き  
里芋のごま和え  
かすみそ汁



♪揚げパン 牛乳  
♪くじらのケチャップ煮  
マカロニと野菜のスープ  
バナナ



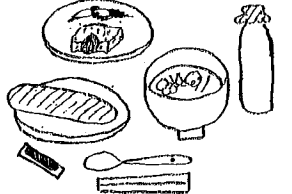
ごはん 牛乳  
いわしの梅煮  
じゃり豆  
♪みそ汁 ♪みかん



ごはん 牛乳  
白菜のクリーム煮  
じゃがいもと春雨の炒め物  
♪キウイフルーツ とっとチーズ



♪米粉パン キャラメルパテ  
キャベツ入りオムレツ  
小松菜とソーセージのソテー  
ジュリエンヌスープ 牛乳



29

30

31

ハヤシライス  
ツナとキャベツのサラダ  
オレンジ  
牛乳



コッペパン ヨーグルトトースト  
ほうれん草のグラタン  
カリフラワーのサラダ  
ごぼうポタージュ 牛乳



ごはん 牛乳  
肉じゃが  
白菜のじゃこ和え  
りんご



**全国学校給食週間** 1月24日～30日

昭和21年12月24日、戦争でとどえていた学校給食を再開することになり、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、23日に懐かしの献立として「揚げパン」、「くじらのケチャップ煮」、24日は郷土料理「じゃり豆」を実施します。お楽しみに！

月 火 水 木 金

思い出の給食アンケート

中学3年生に、卒業までにもう一度食べたいメニュー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！お楽しみに！

- 主食**
- 1位 豚肉ときゅうりのしょうが丼 6票
  - 2位 大人のカレーライス 4票
  - 3位 揚げパン 3票

他に、中華風火あきみごはん  
クロワッサン、たらこすりかけごはん  
アップレパン、白菜ラーメンなど

- 主菜**
- 1位 UFO揚げ 5票
  - 2位 肉卵のもち蒸し 3票
  - 3位 鶏のから揚げ 3票

他に、八宝菜、春巻き、チリコンカンなど

- 副菜**
- 1位 ピリカキゅうり 7票
  - 1位 じゃこピーマン 7票
  - 2位 わかめサラダ 4票

他に、ポテトサラダ、パンサンスーなど

- 汁もの**
- 1位 豚汁 8票
  - 2位 クラムチャウダー 5票
  - 3位 わかめスープ、春雨スープ、  
キムチスープ、おやしスープ、  
里芋とえのきのおつゆ、  
ミネストラスープ 各3票

|   |   |   |   |   |  |
|---|---|---|---|---|--|
| 10  | 牛乳  | 11  | おにぎり 牛乳   | 12  | 食パン 牛乳   |
| 豆まめごはん<br>米 78.0 黄<br>餅米 13.0 黄<br>味付乾焼黒豆 9.1 赤<br>大豆 6.5 赤<br>突きこんばく 52.0 緑<br>にんじん 19.5 緑<br>けずり餅 1.3<br>だし昆布 0.1<br>淡口しょうゆ 7.8<br>自然塩 0.4<br>みりん 2.0<br>米白絞油 0.7 黄 | ささみの天ぷら<br>鶏ささみ肉 50.0 赤<br>酒 4.0<br>自然塩 0.1<br>しょうゆ 0.6<br>小麦粉 12.0 黄<br>でんぶん 5.0 黄<br>ベーキングパウダー 0.2<br>カレー粉 0.2<br>ターメリック 4.0 黄<br>しょうゆ 7.0<br>みりん 4.0<br>小麦粉 4.0<br>白菜 ☆ 28.0 緑<br>えのきたけ ☆ 19.5 緑<br>でんぶん 3.5 黄<br>米白絞油 0.5 黄<br>みりん 2.0<br>ろり 4.0<br>だし昆布 0.5<br>煮干しだし 0.6 | トカレーうどん<br>冷凍うどん 75.0 黄<br>豚もも肉 10.0 赤<br>玉葱 40.0 緑<br>にんじん 5.0 黄<br>青ねぎ ☆ 5.0 緑<br>土しらが 0.5 緑<br>カレー粉 0.5<br>ターメリック 0.2<br>淡口しょうゆ 7.0<br>みりん 4.0<br>小麦粉 4.0<br>白菜 ☆ 28.0 緑<br>えのきたけ ☆ 19.5 緑<br>でんぶん 3.5 黄<br>米白絞油 0.5 黄<br>みりん 2.0<br>ろり 4.0<br>だし昆布 0.5<br>煮干しだし 0.6 | あじの磯辺揚げ<br>あじ 40.0 赤<br>小麦粉 5.0 黄<br>でんぶん 4.0 黄<br>青のり 0.2 赤<br>自然塩 0.2<br>ベーキングパウダー 0.1<br>米白絞油 4.0 黄<br>しょうゆ 0.1<br>赤ワイン 3.8<br>米白絞油 0.6 黄<br>トマトケチャップ 20.0<br>濃厚ソース 2.5<br>しょうゆ 0.3<br>キャベツとコーンのソーテー ☆ 45.5 緑<br>ホールコーン 13.0 緑<br>オリーブ油 0.7 黄<br>自然塩 0.3<br>こしょう 0.1 | ハンバーグ<br>豚ひき肉 78.0 赤<br>小麦粉 40.0 黄<br>玉葱 60.0 緑<br>鶏卵 12.0 赤<br>牛乳 5.0 赤<br>パン粉 3.8<br>自然塩 0.4<br>しょうゆ 0.1<br>赤ワイン 0.6<br>米白絞油 0.6 黄<br>トマトケチャップ 20.0<br>濃厚ソース 2.5<br>しょうゆ 0.3<br>キャベツとコーンのソーテー ☆ 45.5 緑<br>ホールコーン 13.0 緑<br>オリーブ油 0.7 黄<br>自然塩 0.3<br>こしょう 0.1 | 粉豆腐入り卵スープ<br>レタス 26.0 緑<br>えのきたけ 13.0 緑<br>しいたけ 6.5 緑<br>にんじん 2.6 赤<br>鶏卵 19.5 赤<br>豆腐の粉 2.6 赤<br>物チーズ 2.6<br>淡口しょうゆ 2.6<br>自然塩 1.0<br>米白絞油 0.7 緑<br>こしょう 0.1<br>とんかつ 13.0 |

|  |   |  |   |  |  |   |    |   |    |
|--|---|--|---|--|--|---|----|---|----|
| 15   | 牛乳  | 16   | 牛乳  | 17   | 牛乳   | 18  | 牛乳 | 19  | 牛乳 |
| すじごはん(S)<br>おひぎず(具)<br>芽ひき 4.7 緑<br>ちんめんじょ 9.4 赤<br>にんじん 7.0 緑<br>さやいんげん 5.9 緑<br>卵 0.9 緑<br>濃口しょうゆ 2.3<br>みりん 1.8<br>砂糖 1.8<br>酒 1.8<br>白ごま 2.3 赤<br>鶏糸卵 11.7 赤 | いかのつけ焼き<br>かのにいか 60.0 赤<br>土しらが 1.0 緑<br>みりん 4.0<br>酒 4.0<br>濃口しょうゆ 3.0<br>砂糖 4.0<br>でんぶん 1.6 黄<br>米白絞油 4.0 黄<br>白ごま 2.3 赤<br>厚揚げ 32.5 赤<br>小松菜 ☆ 32.5 緑<br>白菜 ☆ 32.5 緑<br>しめじ 6.5 緑<br>けずり餅 3.9<br>だし昆布 0.7<br>淡口しょうゆ 6.5<br>濃口しょうゆ 1.3<br>みりん 2.0 | ポークシチュー<br>豚もも肉 39.0 赤<br>じゃがいも 52.0 黄<br>にんじん 19.5 緑<br>玉葱 84.5 緑<br>セロリ 19.5 緑<br>土しらが 1.3 緑<br>にんにく 0.3 緑<br>冷凍グリーンピース 6.5 緑<br>トマトピューレ 39.0 緑<br>白ワイン 1.3 黄<br>赤ワイン 2.6<br>こしょう 0.1<br>ナツメグ 0.3<br>自然塩 2.0<br>濃口しょうゆ 2.0<br>砂糖 0.3 黄<br>はいせん小麦粉 6.5 黄<br>米白絞油 2.0 黄<br>とんかつ 13.0 | プロコラーのごまマヨ和え<br>プロコラー 32.5 緑<br>チンゲンサイ 26.0 緑<br>にんじん 6.5 緑<br>ボンレスハム 6.5 赤<br>玉葱 13.0 緑<br>マヨネーズ 10.4 黄<br>ごま油 2.0 黄<br>レモン果汁 1.3 緑<br>砂糖 1.3 黄<br>白ワイン 6.5 黄<br>自然塩 0.5<br>洋からし 0.1 | おむすび<br>塩ひん 10.0 黄<br>自然塩 1.0<br>佃煮 3.0 赤<br>焼きそば 1/2枚 赤 | ト豚汁<br>ごぼう 26.0 緑<br>里芋 ☆ 26.0 黄<br>19.5 緑<br>豚もも肉 13.0 赤<br>金時になんじん 6.5 緑<br>おねぎ 6.5 緑<br>けずり餅 3.9<br>だし昆布 0.7<br>白菜 ☆ 52.0 赤<br>みそ 2.6 黄<br>酒 1.3<br>ごま油 2.6 黄 | ごはん(M)<br>たらこすりかけ<br>たらこ 9.8 黄<br>糸こんにゃく 19.5 緑<br>にんじん 13.0 緑<br>酒 1.0<br>自然塩 0.3<br>ベーキングパウダー 0.3<br>米白絞油 8.0 黄 | 牛乳 | コッペパン<br>鶏肉のカーチス焼き<br>カレー粉 0.2<br>ターメリック 0.1<br>物チーズ 5.0 赤<br>ナチュラルチーズ 3.5 赤<br>パン粉 3.5 黄<br>米白絞油 1.0 黄<br>自然塩 1.0<br>オリーブ油 0.7 黄<br>こしょう 0.1 | 牛乳 |

|  |   |  |  |    |   |    |    |    |    |
|--|---|--|--|----|---|----|----|----|----|
| 22   | 牛乳  | 23   | 牛乳   | 24 | 牛乳  | 25 | 牛乳 | 26 | 牛乳 |
| さばの塩焼き<br>さば 50.0 赤<br>酒 4.0<br>大根 30.0 緑<br>金時になんじん 13.0 緑<br>豚もも肉 9.5 赤<br>おねぎ 6.5 赤<br>薄揚げ 6.5 赤<br>けずり餅 3.9<br>だし昆布 0.7<br>白米 ☆ 10.4 赤<br>赤みそ 5.2 黄<br>酒 0.7<br>濃口しょうゆ 2.6<br>香油 5.2 黄<br>白米 ☆ 5.2 黄<br>ごま油 1.3 黄<br>トマトケチャップ 9.1<br>マスターソース 2.6 | かすみそ汁<br>コッペパン 70.0 黄<br>グラニュー糖 5.2 黄<br>米白絞油 3.9 黄<br>しょうゆ 1.3 緑<br>ホールコーン 13.0 緑<br>アルファベトマヨ 7.8 黄<br>とんかつ 13.0<br>淡口しょうゆ 3.3<br>自然塩 1.3<br>オリーブ油 0.7 黄<br>こしょう 0.1 | 揚げパン<br>マカロニと野菜のスープ<br>玉葱 19.5 緑<br>にんじん 6.5 緑<br>キャベツ ☆ 19.5 緑<br>しめじ 6.5 緑<br>ホールコーン 13.0 緑<br>アルファベトマヨ 7.8 黄<br>とんかつ 13.0<br>淡口しょうゆ 3.3<br>自然塩 1.3<br>オリーブ油 0.7 黄<br>こしょう 0.1 | ごはん(M)<br>いわしの梅煮<br>いわし頭切り 40.0 赤<br>土しらが 2.0 赤<br>濃口しょうゆ 6.0<br>ごぼう 5.0 黄<br>梅肉 3.0 緑 | 牛乳 | ごはん(M)<br>白米のクリーム煮<br>白米 ☆ 78.0 緑<br>チンゲンサイ 26.0 緑<br>豚もも肉 26.0 赤<br>クリームコーン 13.0 緑<br>しめじ 13.0 緑<br>おねぎ 0.3 緑<br>にんにく 0.3 緑<br>牛乳 52.0 赤<br>酒 2.6<br>自然塩 1.6<br>こしょう 0.1<br>米白絞油 1.3 黄<br>ごま油 0.7 黄<br>とんかつ 13.0 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 |    |


|   |    |    |    |    |    |
|---|----|----|----|----|----|
| 29  | 牛乳 | 30 | 牛乳 | 31 | 牛乳 |
| ごはん(M)<br>ハキシライス(肉)<br>牛もも肉 19.5 赤<br>玉葱 77.4 緑<br>にんじん 11.1 緑<br>セロリ 11.1 緑<br>にんにく 1.1 緑<br>冷凍グリーンピース 1.1 緑<br>カットトマト 13.0 緑<br>トマトピューレ 19.5 緑<br>トマトケチャップ 8.8 緑<br>はいせん小麦粉 50.0 黄<br>バター 2.6 黄<br>赤ワイン 2.2<br>濃厚ソース 2.2 赤<br>ウスターソース 1.1<br>濃口しょうゆ 0.6<br>自然塩 0.8<br>砂糖 0.3 黄<br>ナツメグ 0.2<br>こしょう 0.1<br>米白絞油 2.6 黄<br>とんかつ 11.1 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 |    |

**デザート**

- 1位 くるみもち 7票
- 1位 すだちゼリー 7票
- 2位 豆乳デザート 4票

他に、フルーツ白玉、大食いも  
ナタデココヨーグルト など

とり入れたメニューには♪マークがついています



【栄養三色】黄：からやち熱に弱い(炭水化物、脂肪) 赤：からだをつくる(たんぱく質、ミネラル) 緑：からだの調子をととのえる(ビタミン、ミネラル、食物繊維) ☆印は千早赤阪村産、☆印は河南産です。 ※材料入荷の都合などに内容を変更する場合があります。ご了承ください。