

# 1月こんだてひょう

舞鶴市立福井小学校  
令和7年1月10日

あけまして  
おめでとう  
ございます



## <給食週間 1月20日(月)~24日(金)>

全国学校給食週間(1月24日~30日)に合わせ、福井小学校でも給食週間としての取組を行います。毎日の給食や家での食事には、多くの人が関わっています。この機会に食を見つめなおしてみましよう。



## 「給食で旅をしよう」

毎年1月は、日本各地の郷土料理や昔から受けつがれている料理、海外の家庭料理などが登場します。献立紹介を読んで、その風土を思い浮かべて、食文化にふれてみよう。

| げつようび<br>月曜日はごはん  | かようび あじつ<br>火曜日は味付けごはん  | すいようび かこう<br>水曜日は加工パン   | もくようび むぎい<br>木曜日は麦入りごはん  | きんようび<br>金曜日はパン   |
|---|---|---|--|---|
| <p>こんげ しばさんぶつ<br/>今月の地場産物</p> <p>アジ<br/>ワカメ<br/>シイラ</p> | <p>14日(火)<br/>&lt;京都&amp;お正月料理&gt;</p> <p>きょうだ<br/>京田ごはん<br/>まいづる抹茶の野菜チップス<br/>雑煮</p> <p>&lt;京 田ごはん&gt;<br/>まいづる ちいきま かつた でんとうりゅうり<br/>舞鶴の京田 地域に伝わる伝統 料理で<br/>す。獵に出かけ仕留めることができ<br/>す。少ない鶏肉に豆腐を入れてかさ増<br/>しにして、ごはんと共に炊き込んだの<br/>が始まりだそうです。</p> | <p>15日(水)<br/>&lt;アメリカ&gt;</p> <p>こくとう<br/>黒糖パン<br/>ポークビーンズ<br/>パインサラダ</p> <p>&lt;ポークビーンズ&gt;<br/>アメリカの家庭 料理で、豚肉、大<br/>豆、じゃがいも、にんじん、玉ねぎの<br/>入ったケチャップ味のスープです。昭<br/>和の時代から愛される給食メニューで<br/>す。</p> | <p>16日(木)<br/>&lt;長野&amp;九州&gt;</p> <p>むぎい<br/>麦入りごはん<br/>がめ煮<br/>ぽかぽか汁<br/>野沢菜ふりかけ</p> <p>&lt;がめ煮&gt;<br/>九州 北部、福岡 県の郷土 料理<br/>です。博多の方言で「がめくり込む」<br/>(寄せ集める)が名前の由来とされて<br/>います。「炒り鶏」「筑前煮」とも言<br/>います。</p> | <p>17日(金)<br/>&lt;昔の揚げパン&gt;</p> <p>シュガー揚げパン<br/>スイートポテトサラダ<br/>野菜スープ</p> <p>&lt;揚げパン&gt; 揚げパンは、昭和27<br/>年から給食に 出されるようになりまし<br/>た。当時は食料 が 少 なく お腹をすかせ<br/>た子どもたちを喜ばせたいとの思い<br/>で、パンを油で 揚げ砂糖をまぶしたの<br/>が 始 まり と され ています。</p> |

## 給食週間 1/20(月)~24(金)

| 20日(月)<br><昔の給食>  | 21日(火)<br><アメリカ&<br>ウズベキスタン>   | 22日(水)<br><イタリア><br><地場産物の日>   | 23日(木)<br><中国><br><6年中学体験>  | 24日(金)<br><まいづる><br><地場産物の日>   |
|---|--|--|---|--|
| <p>ごはん<br/>鮭の塩焼き<br/>みそ汁<br/>味付け海苔</p> <p>毎月19日は<br/>食育の日</p> <p>&lt;昔の給食&gt;<br/>めいじ 22年 山形 県の小学校で、お弁<br/>当を持って来られない子どもたちの為<br/>に、食材をかき集めて作ったのが、給<br/>食の始まりだそうです。その語の献立<br/>を再現しました。</p> | <p>ステーキピラフ<br/>コーンサラダ<br/>ガロフ風スープ</p> <p>&lt;カロフスープ&gt;<br/>カロフとは、ひよこ豆のことで、豆<br/>の入ったポトフスープです。シンプ<br/>ルな味付けが特徴です。</p>  | <p>全粒粉パンで<br/>アジフライバーガー<br/>ミネストローネ</p> <p>&lt;全粒粉でまいづる産アジフライバー<br/>ガー&gt; 胚芽が入った全粒粉パンに切<br/>り目をいれてアジフライ、ゆでキャベツ<br/>を挟みむと、オシャレなお店のバー<br/>ガーに変身します。</p> | <p>麦入りごはん<br/>本場風マーボー豆腐<br/>切干大根のナムル</p> <p>&lt;本場風マーボー豆腐&gt;<br/>いつものマーボー豆腐に、赤味<br/>噌と豆板醤を少し効かせ本場風に<br/>仕上げます。切干大根のナムルと<br/>の食べ合わせも最高!</p>                                 | <p>小型パン<br/>竹輪のごまカレー揚げ<br/>みかん</p> <p>&lt;まいづるわかめと蒲鉾のうどん&gt;<br/>磯の香りがただよわかめと新鮮な<br/>魚をすり身にして作られた蒲鉾を使っ<br/>たうどんです。まいづるの特産物を味<br/>わいましょう。</p> <p>全曜日は<br/>カレーの日</p> |
| 27日(月)<br><まいづる>  | 28日(火)<br><京都><br><地場産物の日>   | 29日(水)<br><イタリア>   | 30日(木)<br><インド>   | 31日(金)<br><フランス>   |
| <p>ごはん<br/>海軍さんの肉じゃが<br/>ひじきの煮物</p> <p>&lt;海軍さんの肉じゃが&gt;<br/>めいじ 時代、東郷 平八郎がイギリスで<br/>食べたビーフシチューの味が忘れられ<br/>ず、ワインやバター代わりに、砂糖<br/>やしょう油で作ったのが「肉じゃが」<br/>のはじまりとされています。</p>                   | <p>佐波賀大根のませごはん<br/>シイラの舞鶴抹茶焼き<br/>水菜のハリハリスープ</p> <p>&lt;水菜のハリハリスープ&gt;<br/>水菜は、京都 原産の伝統 野菜です。<br/>すわりと細長く、葉はギザギザの切れ<br/>込みが特徴です。肉や魚の臭みを消す<br/>作用があり、鍋や煮物などに用いられ<br/>る事が多いです。</p> | <p>バターパン<br/>ポロネーゼスパゲティ<br/>フルーツヨーグルト</p> <p>&lt;ポロネーゼスパゲティ&gt;<br/>イタリア北部のポロニャという街<br/>が発祥とされています。刻んだ玉ねぎ<br/>などの香味野菜を炒め、挽肉、トマト<br/>で煮込んだソースが特徴です。</p> | <p>麦入りごはん<br/>チキンバターカレー<br/>カチュンバルサラダ<br/>福神漬</p> <p>&lt;カチュンバルサラダ&gt;<br/>インドのサラダです。インド料理は<br/>あぶらつか りょうり おお 油を使っ<br/>た料理が多いので、口をさっ<br/>ぱりさせるため、香辛料やレモンを使<br/>うのが特徴です。</p> | <p>パン<br/>鶏肉のプロバンス風<br/>南瓜のポタージュ<br/>ミルクココア</p> <p>&lt;鶏肉のプロバンス風&gt;<br/>南フランスのプロバンス地方の料理<br/>です。隣接するイタリアやスペインの<br/>影響を受け、オリーブオイルやトマト<br/>ペーストを使うのが特徴です。</p>       |