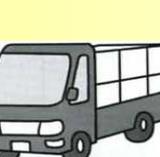


1月こんだてひょう

舞鶴市立福井小学校
令和5年1月11日

げつようび 月曜日はごはん	かようび あじつ 火曜日は味噌汁ごはん	すいようび かこう 水曜日は加工パン	もくようび むぎい 木曜日は麦入りごはん	きんようび 金曜日はパン	
<p>あけましておめでとう ございます</p> 		<p>こんげつ じば さんぶつ 今月の地場産物</p>  サワラ  シイラ  アジ 		<p>12日(木) ＜福岡・お正月料理＞</p> <p>麦入りごはん がめ煮 雑煮</p>	<p>13日(金) ＜昔の揚げパン＞</p> <p>シュガー揚げパン スイートポテトサラダ 水菜のハリハリスープ</p>
<p>16日(月) ＜舞鶴＞</p> <p>ごはん 海軍さんの肉じゃが ひじきの煮物</p>	<p>17日(火) ＜宮津＞ ＜地場産物の日＞</p> <p>丹後ばら寿司 まいづる産サワラの西京焼き すまし汁</p>	<p>18日(水) ＜フランス＞</p> <p>黒糖パン 鶏肉のプロバンス風 南瓜のポターージュ</p>	<p>19日(木) ＜中国＞</p> <p>麦入りごはん 麻婆豆腐 カレー豚まん</p>	<p>20日(金) ＜イタリア＞</p> <p>パン ポロネーゼスパゲティ パインサラダ</p>	
<p>＜海軍さんの肉じゃが＞ 明治時代、東郷平八郎がイギリスで食べたビーフシチューの味が忘れられず、ワインやバターの代わりに、砂糖やしょう油で作ったのが「肉じゃが」のはじまりとされています。</p>	<p>＜丹後ばら寿司＞ 京丹後や宮津市で食べられる「ちらし寿司」のことです。サバの水蒸缶を日干し、すまし汁の上に乗せるのが特徴です。</p>	<p>＜鶏肉のプロバンス風＞ 南フランスのプロバンス地方の料理です。隣接するイタリアやスペインの影響を受け、オリーブオイルやトマトをベースに使うのが特徴です。</p>	<p>＜カレー豚まん＞ 中国のまんじゅう「天津包子」を日本人にも馴染むように「豚まん」と名付け売り出したのが始まりだそうです。もちもちとした皮に豚挽肉や葱などの具を包み蒸し上げたものです。</p>	<p>＜ポロネーゼスパゲティ＞ イタリア北部のポロネーという街が発祥とされています。刻んだ玉ねぎなどの香味野菜を炒め、挽肉、トマトで煮込んだソースが特徴です。</p>	
給食週間 1/23(月)～27(金)					
<p>23日(月) ＜昔の給食＞</p> <p>ごはん ししゃもの香味揚げ すいとん</p>	<p>24日(火) ＜まいづると秋田＞</p> <p>まいづる産京田ごはん 高野豆腐の卵とじ 秋田きりたんぼ汁</p>	<p>25日(水) ＜ベトナム＞ ＜地場産物の日＞</p> <p>全粒粉パン まいづる産シイラの フィッシュバインミー フォーガー</p>	<p>26日(木) ＜インド＞</p> <p>麦入りごはん キーマカレー カチュンバルサラダ</p>	<p>27日(金) ＜青森＞</p> <p>小型パン 青森味噌カレーラーメン 切干大根のごま和え</p>	
<p>＜昔の給食＞ 明治22年、十分な食べ物がなかった時代、学校にお弁当をもって来られない子どもたちのために、家から持ち寄った野菜や米で、おにぎりやみそ汁を作ったのが給食のはじまりとされています。</p>	<p>＜きりたんぼ汁＞ すりつぶしたうるち米のごはんを、杉の棒に包み込むように巻きつけ焼いた物がきりたんぼです。棒からはずし、鶏ガラベースの出汁に、鶏肉や野菜を入れた鍋で、秋田県の郷土料理です。</p>	<p>＜フォーガー＞ フォーとは、うるち米をめん状にしたもので、ガーとは、鶏肉の意味です。鶏ガラ出汁ベースに塩とヌクナム(魚醤)で味をつけたあっさり味のスープです。給食では、少し日本風にアレンジします！</p>	<p>＜カチュンバルサラダ＞ インドのサラダです。インド料理は油を使った料理が多いので、口をさっぱりさせるため、香辛料やレモンを使うのが特徴です。</p>	<p>＜青森味噌カレーラーメン＞ 味噌のこくとカレーのスパイスさが、味噌の旨みとカレーのスパイスが、体の芯まで温まる青森ならではのラーメンです。隠し味に、何が入っているかがスープを飲んで当ててみよう！</p>	
<p>30日(月) ＜長野＞ ＜地場産物の日＞</p> <p>ごはん まいづる産アジの丸ごと揚げ ぼかぼか汁 野沢菜ふりかけ</p>	<p>31日(火) ＜韓国＞</p> <p>キムチチャーハン のり豆ポテト トックスープ</p>	<p>＜給食週間 1月23日(月)～27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。</p>  つくる人  売る人  はこぶ人  ちょうりする人  じゅんびする人			
<p>＜野沢菜ふりかけ＞ 信州でよく食べられる野沢菜漬物は、赤カブの一種です。250年ほど前、京都から修行した住職が、赤カブの種を持ち帰り栽培したのが始まりだそうです。</p>	<p>＜トックスープ＞ トックは、うるち米で出来た餅です。韓国でも、お正月にお雑煮風にして食べるのが一般的です。</p>				

「姿を変えるお米」 今月は、お米を擦ったりつぶしたりした食べ物を使った献立です。どこに使われているか探してみよう！



「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。献立の紹介を読んで食文化を感じてみよう。