



1月ごんだてひょう

舞鶴市立福井小学校
令和6年1月12日



げつようび 月曜日はごはん	かようび あじつ 火曜日は味付けごはん	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
------------------	------------------------	-----------------------	-------------------------	-----------------

あけまして
おめでとう
ございます

「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。

<給食週間 1月22日(月)~26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ょう。

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

15日(月) ＜福岡・お正月料理＞	16日(火) ＜京都＞	17日(水) ＜アメリカ＞	18日(木) ＜中国＞	19日(金) ＜昔の揚げパン＞
ごはん がめ煮 雑煮	京田ごはん 野菜チップス(抹茶風味) 水菜のハリハリスープ	黒糖パン ポークビーンズ パインサラダ	麦入りごはん マーボー豆腐 切干大根のナムル	シュガー揚げパン スイートポテトサラダ 野菜スープ
<がめ煮> きゅうしゅう ほうふ ぶくおかけん きょうどりより 九州 北部、福岡 県の郷土 料理 です。博多の方言で「がめくり込む」 (寄せ集める)が名前の由来とされて います。「炒り鶏」「筑前煮」とも います。	<水菜のハリハリスープ> みずな きょうとげんさん でんとやさい 水菜は、京都 原産の伝統野菜です。 すらりと細長く、葉はギザギザの切れ こ 込みが特長です。肉や魚の臭みを消す 作用があり、鍋や煮物などに用いられ る事が多いです。	<ポークビーンズ> かにいりより アメリカの家庭 料理で、豚肉、大 豆、じゃがいも、にんじん、玉ねぎの はい 入ったケチャップ味のスープです。	<マーボー豆腐> がっこう 学校は、たまねぎ、にんじんの あま 甘みにトウバンジャンの辛味を少 しきかせた栄養たっぷりのマー ボー豆腐です。	<揚げパン> 揚げパンは、昭和27 年から給食に 出されるようになりました た。当時は食料 が 少なくお腹をすかせ た子どもたちを喜ばせたいとの思い で、パンを油で 揚げ砂糖をまぶしたの が始まりとされています。

給 食 週 間 1/22(月)~26(金)

22日(月) ＜まいづる＞	23日(火) ＜みやづ＞ ＜地場産物の日＞	24日(水) ＜フランス＞	25日(木) ＜インド＞ ＜6年中学体験＞	26日(金) ＜まいづる＞
ごはん 海軍さんの肉じゃが ひじきの煮物	丹後バラ寿司 まいづる産シイラの抹茶焼き すまし汁	全粒粉パン 鶏肉のプロバンス風 南瓜のポタージュ	麦入りごはん キーマカレー カチュンバルサラダ	小型パン まいづるわかめうどん 竹輪のごまカレー揚げ
<海軍さんの肉じゃが> かいぐん 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。	<丹後バラ寿司> たんご ずし 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 煮缶を あまから 甘辛くそぼろ状にし、バラ寿司の上に 乗せるのが特徴です。	<鶏肉のプロバンス風> とりにく 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。	<カチュンバルサラダ> かつうんばる さらだ インドのサラダです。インド料理は あぶらつか りょうり おお 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。	<まいづるわかめうどん> まいづる さん まいづる産のかまぼことわかめを つか 使ったうどんです。まいづる産のかま ぼこは、新鮮な魚のすり身で作られて いるので、触感とう味が違うと、有 名です。

29日(月) ＜長野＞ ＜地場産物の日＞	30日(火) ＜アメリカ& ウズベキスタン＞	31(水) ＜イタリア＞	こんげ じ ば さんぶつ 今月の地場産物 シイラ	きゅうしよく もち もの 給食の持ち物 はブラシ マスク はし コップ
ごはん まいづる産アジの丸ごと揚げ ぽかぽか汁 野沢菜ふりかけ	ビーフピラフ コーンサラダ ガロフスープ	ミルクパン ボロネーゼスパゲティ フルーツヨーグルト		
<野沢菜ふりかけ> のざわな 信州でよく食べ られる野菜の乾燥した物です。	<ガロフスープ> がろふ 主に、肉や野菜の煮汁をベースに、 小麦粉を溶かして作ります。	<ボロネーゼスパゲティ> ぼろねーぜ イタリアの料理で、肉や野菜の煮汁をベースに、 小麦粉を溶かして作ります。		

られる野沢菜漬けは、赤カブの一種で
す。250年ほど前、京都の寺で修行し
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。

カロフとは、ひよこ豆のことで、豆
の入ったポトフスープです。シンプル
な味付けが特徴です。

イタリア北部のホローニャという街
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。

