

A 1月 こんだてカレンダー

☆「牛乳」は、毎日つきます。
☆「直送品」がある日は色がついています。

月

火

水

木

金



こんだて
カレンダーの
みかた
どうが
動画はこちら！



9 しょうがつ 正月メニュー	
きんとんタルト(ちょくそう) れんこんのきんぴら	ぶりのてりやき
ごはん ぞうに	「ぶり」は成長すると色が変わるので「出世魚」とよばれており、将来出世ができるようにという意味がこめられています。ぶりのてりやきは「ほね」にちゅうい！ 「ぞうに」には、おもちが入っているのでよくかんで食べましょう。 きんとんタルトのゴミは、食べ残しも外ぶくろもビニールぶくろに入れて返してください。

まいにち も
はしは毎日持ってきましょう

はしマークの日は
はしを使いましょう。

スプーンマークの日に
スプーンを配りましょう。

いかはよくかんで食べま
しょう。

たまご

13	ぶたにくと チンゲンサイの ソテー	いか フライ
ミルク クリーム	コッペパン	じゃがいもと ウインナーの スープ

14	ちゅうか サラダ	はるまき
ごはん	マーボー どうふ	

15	ミニ やきそば	とりにくの レモンしょうゆ かけ
ロールパン 2c	たまごり コーンスープ	

16	ささみと だいこんの ごまますあえ	さわらの みりんぼし
ごはん	すきやきに	

さわらのみりんぼしは
**「ほね」に
ちゅうい！**

19	キャベツの サラダ	さかな すりみ カツ
ごめこポークカレーライス	ごはん	ごめこポーク カレーシチュー

20	ツナと ブロッコリーの サラダ	ハンバーグの ケチャップ ソースかけ
コッペパン	チキン ヌードル スープ	

21	ぶたにくと だいすの みそいため	ちぐさやき (たまごり)
おさかな そぼろ	ごはん	つくねだんごの すまじる

22	わかめの サラダ	チキン ナゲット 2c
コッペパン	ポトフ	

23	ひきにくと やさいの チャブチ	しろみざかなの ヤンニヨムクイ (5こくらい)
ごはん	トック スープ	

キャベツのサラダのキャベツ
は、春と冬にたくさんとれま
す。今日使っている冬キャベ
ツは、寒さにたえて育ったの
で、あまくておいしいですよ。

チキンヌードルスープは、ア
メリカではかぜをひいたとき
に食べることもある、代表的
な家庭料理です。寒い日に
体をあたためてくれます。

「千草焼き」とは、卵に
細かく刻んだいろいろ
な具材を加えて焼いた
料理のことをいいま
す。

今日の「ポトフ」には、
プロッコリーが入っています。
プロッコリーは、花のつぼみ
部分を食べる野菜です。菜の
花に似た黄色の花がさきます。

「ヤンニヨム」とは、韓国朝鮮
の合わせ調味料です。
しろみざかなの
ヤンニヨムクイは
「ほね」にちゅうい！
「5くらい」はめやすです。

26	ぶた そぼろ	あつあげの しょうがじょうゆ かけ
ごはん	さつまじる	

27	イタリア料理 マchedニア	アクア パッソ
フォカッチャ	ミネストローネ	

28	まっかのう 北海道の郷土料理 ポテト サラダ	ザンギ
ごはん	いしかりじる	

29	アマトリ チャーナ	コトレッタ こなチーズ
コッペパン	ポーリート	

30	ながの 長野県の郷土料理 のざわなの あぶら いため	にら せんべい
ぶどうゼリー(ちょくそう)	ごはん	おしぶり うどん

「さつまじる」は、鹿児島県の
郷土料理の1つです。
とり肉を使った具だくさんの
味そしることを言います。



★★★豊中市の学校給食週間です★★★
教室に配られたメモを読んでください。
初めて登場するメニューもお楽しみに♪

1/27「アクアパッソ」 1/28「いしかりじる」は「ほね」にちゅうい！

