



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
 <p>こんだて カレンダーの みかた 動画はこちら！</p>  <p>はしは毎日持ってきてみましょう</p>				<p>9 しょうがつ 正月メニュー</p> <p>きんとんタルト (ちよくそう)</p> <p>れんこんのきんぴら</p> <p>ぶりのてりやき</p> <p>ごはん</p> <p>ぞうに</p> <p>「ぶり」は成長すると名前が変わるので「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！</p> <p>「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。</p> <p>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。</p>
<p>はしマークの日ははしを使いましょう。</p> <p>スプーンマークの日にスプーンを配りましょう。</p>	<p>13</p> <p>ぶたにくとチンゲンサイのソテー</p> <p>ミルククリーム</p> <p>いかフライ</p> <p>じゃがいもとウインナーのスープ</p> <p>コッペパン</p> <p>いかフライのいかは、かみごたえがあります。いかは干すとさらにかみごたえが増します。いかはよくかんで食べましょう。</p>	<p>14</p> <p>ちゅうかサラダ</p> <p>はるまき</p> <p>ごはん</p> <p>マーボー豆腐</p> <p>春巻きは1300年以上の歴史があります。春に美味しい野菜をつつんで食べたことからこの名前がついたと言われています。</p>	<p>15</p> <p>ミニ焼きそば</p> <p>とりにくのレモンしょうゆかけ</p> <p>ロールパン2こ</p> <p>たまごいりコーンスープ</p> <p>ミニ焼きそばは、キャベツや人参、もやしなどたくさんの野菜が入っています。パンにはさんで焼きそばパンにして食べてもおいしいですよ。</p>	<p>16</p> <p>ささみとだいこんのごまずあえ</p> <p>さわらのみりんぼし</p> <p>ごはん</p> <p>すきやきに</p> <p>さわらのみりんぼしは「ほね」にちゅうい！</p>
<p>19</p> <p>キャベツのサラダ</p> <p>さかなすりみカツ</p> <p>こめこポークカレーライス</p> <p>ごはん</p> <p>こめこポークカレーシチュー</p> <p>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。</p>	<p>20</p> <p>ツナとブロッコリーのサラダ</p> <p>ハンバーグのケチャップソースかけ</p> <p>コッペパン</p> <p>チキンヌードルスープ</p> <p>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。</p>	<p>21</p> <p>ぶたにくとだいずのみそいため</p> <p>ちくさやき(たまごいり)</p> <p>おさかなそばろ</p> <p>ごはん</p> <p>つくねだんごのすましじる</p> <p>「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。</p>	<p>22</p> <p>わかめのサラダ</p> <p>チキンナゲット2こ</p> <p>コッペパン</p> <p>ポトフ</p> <p>今日の「ポトフ」には、ブロッコリーが入っています。ブロッコリーは、花のつぼみ部分を食べる野菜です。葉の花に似た黄色の花がさきます。</p>	<p>23</p> <p>ひきにくとやさいのチャブチェ</p> <p>しろみざかなのヤンニョムクイ(5こくらい)</p> <p>ごはん</p> <p>トックスープ</p> <p>「ヤンニョム」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ョムクイは「ほね」にちゅうい！「5こくらい」はめやすです。</p>
<p>26</p> <p>ぶたそばろ</p> <p>あつあげのしょうがじょうゆかけ</p> <p>ごはん</p> <p>さつまじる</p> <p>「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噌しるのことを言います。</p>	<p>27 イタリア料理</p> <p>マCHEDニア</p> <p>アクアパッツァ</p> <p>フォカッチャ</p> <p>ミネストローネ</p>	<p>28 ほうかいどう きょうどりょう 北海道の郷土料理</p> <p>ポテトサラダ</p> <p>ザンギ</p> <p>ごはん</p> <p>いしかりじる</p>	<p>29 アマトリ イタリア料理</p> <p>チャーナ</p> <p>コトレッタ</p> <p>こなチーズ</p> <p>コッペパン</p> <p>ポツリート</p>	<p>30 ながのけん きょうどりょう 長野県の郷土料理</p> <p>のざわなのあぶらいため</p> <p>にらせんべい</p> <p>ぶどうゼリー(ちよくそう)</p> <p>ごはん</p> <p>おしぼりうどん</p>
<p>★★★豊中市の学校給食週間です★★★</p> <p>教室に配られたメモを読んでください。</p> <p>初めて登場するメニューもお楽しみに♪</p> <p>1/27「アクアパッツァ」 1/28「いしかりじる」は「ほね」にちゅうい！</p>				

※カレンダーに書いている「〇こくらい」は低学年の目安です。重さで量って入れているので、学年や大きさによって数が変わることがあります。

しょうがっこう ぜんき かい 小学校(前期課程)