

B 1月 こんだてカレンダー

☆「牛乳」は、まいにち
☆「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 | こうはくなます きんとんタルト(ちょくそう) | くろまめコロッケ |
| | ごはん | ぞうに | |

正月料理の「紅白なます」は赤と白でめでたわら。「黒豆」は、まめで元気に過ごせるように、「きんとん」は豊かに暮らすようにといふ意味がこめられています。「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。

| | | | | | | | | | |
|----|---|--|---|--|---|----|--|----|---|
| 13 | ツナと ブロッコリーの サラダ コッペパン チキンヌードル スープ | おさかな そぼろ ぶたにくと だいすけの みそいため ごはん つくねだんごの すまじる | わかめの サラダ チキン ナゲット 2こ コッペパン ポトフ | 16 | ひきにくと やさいの チャプチェ ごはん トック スープ | | | | |
| | 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食材を加えて焼いた料理をいいます。 | 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。菜の花に似た黄色の花がさきます。 | | 「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は「ほね」にちゅうい！「5くらい」はめやすです。 | | | | |
| 19 | 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 | ぶたにくと テンゲンサイの ソテー 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 | いか フライ ちゅうか サラダ ごはん マーボー どうふ | 22 | 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 2こ たまごいり コーンスープ | 23 | ささみと だいこんの ごまますあえ ごはん すきやきに | | |
| | 「さつまじる」は、鹿児島県の郷土料理の一つです。とり肉を使った具だくさんの味そしるのことを言います。 | 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。 | はるまきは1300年以上の歴史があります。春におい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。 | 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。 | さわらのみりんぼしは「ほね」にちゅうい！ | | | | |
| 26 | キャベツの サラダ 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 | さかな すりみ かつ アマトリ チャーナ コナチーズ コッペパン ボッリート | イタリア料理 コトレッタ ぶどうゼリー(ちょくそう) ごはん おしぶり うどん | 28 | ちがのけん さとうじょうり 長野県の郷土料理 のざわなの あぶら いため ごはん おしぶり うどん | 29 | イタリア料理 マchedニア アクア パッツア フォカッチャ ミネストローネ ごはん | 30 | あつがどう さとうじょうり 北海道の郷土料理 ポテ サラダ ザンギ ごはん いしかりじる |

キャベツのサラダのキャベツは、春と冬にとくにたくさんとれます。今日使っている冬キャベツは、寒さにたえてそれだったので、甘くて美味しいですよ。



★★★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。
はじめて登場するメニューもお楽しみに♪
1/29「アクアパッツア」 1/30「いしかしじる」は「ほね」にちゅうい！



※カレンダーに書いている「○くらい」は低学年の目安です。量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。

しょうがつう ゼンキ かてい
小学校(前期課程)