

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</p> <p>どうが 動画はこちら↓</p> <p>はしは毎日持ってきましょう</p>			<p>9 れんこんのソテー</p> <p>ミルククリーム</p> <p>ハンバーグのてりやき</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の代表的な家庭料理です。寒い日に肉や野菜、スパゲティが入ったスープは体を温めてくれます。</p>	<p>10 正月メニュー</p> <p>くろまめコロッケ</p> <p>こうはくなます</p> <p>きんとんタルト(ちよくそう)</p> <p>ごはん</p> <p>ぞうに</p> <p>正月料理の「紅白なます」は赤と白でめでたさを表しています。「黒豆」は、まめで元気に過ごせるように、「きんとん」は豊かに暮らせるようにという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。</p>
<p>はしマークの日は はしを使いましょう。</p>	<p>14 わかめのサラダ</p> <p>シルバークリソス</p> <p>ミルクツイスト</p> <p>ポトフ</p>	<p>15 パンパンジー</p> <p>はるまき</p> <p>げんまいりごはん</p> <p>マーボー豆腐</p>	<p>16 utori-gratin</p> <p>りんごジャム</p> <p>フィッシュフライ</p> <p>コッペパン</p> <p>ハムとキャベツのスープ</p> <p>「グラタン」は、フランスの郷土料理の1つです。今日のグラタンには、かくし味に白みそが入っています。フィッシュフライは「ほね」にちゅうい!</p>	<p>17 ぶたそば</p> <p>ちくさやき(たまごいり)</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汁のことを言います。</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>シルバークリソスかけは「ほね」にちゅうい!</p>	<p>パンパンジーは中華料理の1つです。とり肉に、ごまを使ったタレをかけた料理です。給食ではタレを和えこんでいます。</p>	<p>「グラタン」は、フランスの郷土料理の1つです。今日のグラタンには、かくし味に白みそが入っています。フィッシュフライは「ほね」にちゅうい!</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汁のことを言います。</p>
<p>20 さかなすりみカツ</p> <p>フルーツゼリーミックス</p> <p>ごはん</p> <p>こめこビーフカレーライス</p> <p>こめこビーフカレーシチュー</p>	<p>21 スウェーデン料理</p> <p>チキンサラダ</p> <p>スウェーデンふうミートボール(4こくらい)</p> <p>コッペパン</p> <p>ポテトとしろネギのスープ</p>	<p>22 大阪の郷土料理</p> <p>あげたこやき(2こ)</p> <p>どてやき</p> <p>ごはん</p> <p>せんばじる</p>	<p>23 カタパ料理</p> <p>こなチーズ</p> <p>プーティン</p> <p>ぶたにくのメープルマリナード</p> <p>コッペパン</p> <p>サーモンのチャウダー</p>	<p>24 大阪の郷土料理</p> <p>ソース</p> <p>おおさかしろなのおひたし</p> <p>おこのみやき</p> <p>ごはん</p> <p>にくすい</p>
<p>今日の米粉ビーフカレーライスに使っている米粉は、北海道の旭川市でとれたお米から作られたものです。旭川市と豊中市は空港友好都市です。</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。初めて登場するメニューもお楽しみに♪</p> <p>1/22「せんばじる」1/23「サーモンのチャウダー」は「ほね」にちゅうい!</p> <p>1/21スウェーデンふうミートボールの「4こくらい」はめやすです。</p>			
<p>27 ささみとほくさいのあまずいため</p> <p>じゃこてん</p> <p>おさかなそば</p> <p>ごはん</p> <p>とうふのみそしる</p>	<p>28 ミニやきそば</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>コンソメスープ</p>	<p>29 ささみとだいごんのごますあえ</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>30 ツナとチンゲンサイのサラダ</p> <p>ふんまついちごミルク</p> <p>ミンチカツ</p> <p>コッペパン</p> <p>ニョッキのケチャップに</p>	<p>31 ひきにくとやさいのチャプチェ</p> <p>しろみざかなのヤンニョム(5こくらい)</p> <p>かんこくのり</p> <p>ごはん</p> <p>トックスープ</p>
<p>豆腐のもとになっている大豆は、「畑のお肉」と言われるほどたんぱく質が多い食べ物です。他にもみそ、しょうゆ、納豆などさまざまな食品に加工できます。</p>	<p>ミニ焼きそばは、人気メニューの1つです。キャベツやにんじん、もやしなど、たくさんの野菜が入っています。</p>	<p>さわらのみりんぼしは「ほね」にちゅうい!</p>	<p>粉末いちごミルクは、飲み口を開けて少し飲んだ牛乳に入れてください。こぼれないように飲み口をとじて押さえ、横に静かにつけて混ぜましょう。飲み口からおはしやスプーンを入れて混ぜることもできます。ニョッキはよくかんで食べましょう。</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は「ほね」にちゅうい! 「5こくらい」はめやすです。</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。

小学校(前期課程)