



# 1月のこんだてひょう



きょうたん ご しりつたん ぼ しょうがっこう  
京丹後市立丹波 小学校

月	火	水	木	金
9	10	11	12	13
せいじん ひ 成人の日	しぎょうしき 始業式 ハヤシライス ポパイサラダ パンナコッタ (オレンジソースかけ) ぎゅうにゅう 牛乳	しろ 白ごはん とりにく て に 鶏肉の照り煮 たくあん わふう あ たくあん の和風和え さわ に わん 沢煮椀 ぎゅうにゅう 牛乳	しろ 白ごはん とうふ 豆腐とえびのチリソース きりほしだいこん 切干大根のサラダ だいがくいち 大学芋 ぎゅうにゅう 牛乳	あずき 小豆ごはん さわらの たつた あ さわらの竜田揚げ こうはく 紅白なます しらたまそうに 白玉雑煮 ぎゅうにゅう 牛乳
16	17	18	19	20
いりごきごはん ツナ入りおひたし かきたま汁 ぼんかん ぎゅうにゅう 牛乳	しろ 白ごはん くし 串かつ やさしい ゆで野菜 ごちく 五目スープ ぎゅうにゅう 牛乳	しろ 白ごはん さいいも にもの いかと里芋の煮物 ほうれん草のごま和え かす汁 ぎゅうにゅう 牛乳	しろ 白ごはん だいこん マーボー大根 はるさめ す もの 春雨の酢の物 だいず 大豆とじゃこの スナック ぎゅうにゅう 牛乳	キャロットライス ふゆやさしい 冬野菜のクリームシチュー みずな 水菜とりんごのサラダ ぎゅうにゅう 牛乳
23	24	25	26	27
しろ 白ごはん ぶたにく しょうが や 豚肉の生姜焼き やさしい 野菜のごまみそ和え ひつつみ【岩手】 ぎゅうにゅう 牛乳	しろ 白ごはん はるさめ つばすの春雨あんかけ いそか あ 磯香和え こじる くんま 呉汁【群馬】 ぎゅうにゅう 牛乳	すし まつぶた寿司 きょうと たんご 【京都・丹後】 すまし汁 ヨーグルトゼリー ぎゅうにゅう 牛乳	しろ 白ごはん たまご すごもり卵 かぶの あます づ かぶの甘酢漬け がめ煮【福岡】 ぎゅうにゅう 牛乳	おきなわ ジューシー【沖縄】 あ とり だいこん あます あ 揚げ鶏と大根の甘酢和え わかめとたまご わかめと卵のスープ ぎゅうにゅう 牛乳
28(土)	31			
わかめごはん ごぼうサラダ カレーうどん ぎゅうにゅう 牛乳	しろ 白ごはん あ いかのかりん揚げ たまご キャベツと卵の おひたし だいこん 大根のみそ汁 ぎゅうにゅう 牛乳			

## 1月23日～27日は全国学校給食週間です。

にほんかくち きょうどりょうり こんだて と い きた みなみ にほんれつとう きゅうしよく りょうこう  
日本各地の郷土料理を献立に取り入れています。北から南へ、日本列島を給食で旅行しましょう。

いわてけん  
23日:岩手県「ひつつみ」…旬の野菜などを使った温かい汁の中に、小麦粉と水をこねた生地を引きちぎって入れた料理です。「ひつつみ」の名前の由来は、岩手県の方言で「ひきちぎる」を「ひつつまむ」ということにあります。

ぐんまけん こじる  
24日:群馬県「呉汁」…ゆで大豆をすりつぶしたものを入れた味噌汁。大豆をすりつぶしたものを「呉」とよぶので呉汁という名前がつけました。

きょうとふ  
25日:京都府「まつぶた寿司」…丹後地方に伝わる独特の寿司です。サバの缶詰を使った甘いおぼろが特徴で、昔は焼きさばを使っていました。春秋の祭りやお祝い事には欠かせないハレの日の食事です。

ふくおかけん  
26日:福岡県「がめ煮」…「筑前煮」という名前がよく知られていますが、福岡の人はがめ煮とよびます。様々な食材を使うので、「寄せ集める」を意味する「がめくりこむ」という博多の方言が名前の由来になっています。

おきなわけん  
27日:沖縄県「ジューシー」…沖縄の言葉で「炊き込みごはん」のことを「ジューシー」とよびます。沖縄料理にかかせない「豚肉」と「昆布」が入っています。