

1月こんだて表 石打小学校

月	火	水	木	金
1/1 元日 Q1 おせち料理の「だて巻」には、どんな願いがこめられている？ ① 知識が身につくように ② 恋がうまくいくように ③ 長生きできるように 1/20 二十日正月 Q5 お供え物を食べ尽くす風習があるこの日は、何といわれている？ ① 空正月 ② 骨正月 ③ 血正月 1/24~30 全国学校給食週間 Q6 日本で最初の学校給食として伝わるのはどのメニュー？ ① カレーライス ② おにぎり、焼き魚、つけ物 ③ コッペパン、トマトシチュー	1/7 人日の節句 Q2 この日に食べる春の七草の中で、スズシロとは何のこと？ ① かぶ ② 大根 ③ れんこん	1/11 塩の日 Q3 「塩少々」とは、どのぐらい？ ① 2本の指でつまんだ量 ② 小さじ1杯 ③ コップ1杯 Q1=① ① 巻物(書物)を表す ② ② [かぶは「スズナ」] ③ ③ ④ ④ ⑤ ⑤ ⑥ ⑥ [明治22年の山形県の給食]	1/15 小正月 Q4 この日に健康を願って作るおかゆには何を入れる？ ① たまご ② 梅干し ③ あずき	
12 成人の日	13 さけのねぎみそ焼き 煮なます 白玉汁 こしひかり サラダ油 三温糖 つきこん 白玉粉 牛乳 鮭 みそ 打ち豆 かまぼこ 油揚げ しょうが ねぎ にんじん 切干だいこん だいこん ごぼう しめじ 662 kcal 1.9 g	14 鶏肉のから揚げ かくれんぼサラダ わかめごはん こしひかり かたくり粉 米油 サラダ油 マカロニ じゃがいも プリンの素 牛乳 わかめ とり肉 ベーコン 調理用牛乳 ホイップクリーム しょうが にんにく キャベツ にんじん きゅうり とうもろこし 玉ねぎ さやいんげん 699 kcal 2.2 g	15 たらほイル焼き のり酢あえ わかめとじゃがいものみそ汁 こしひかり バター 三温糖 じゃがいも 牛乳 たら ツナ のり 豆腐 みそ わかめ しめじ えのき 玉ねぎ ほうれんそう もやし にんじん だいこん 553 kcal 2.2 g	16 かりかりじゃこサラダ 花みかん パンプキンシチュー ツナマヨコーンパン 食パン マヨネーズ ごま油 三温糖 サラダ油 シチューの素 牛乳 ツナ チーズ ちりめんじゃこ とり肉 生クリーム 玉ねぎ とうもろこし キャベツ ほうれんそう にんじん かぼちゃ みかん 591 kcal 2.5 g
19 豚肉のしょうが炒め ポテトサラダ なめこ汁 こしひかり サラダ油 三温糖 かたくり粉 じゃがいも マヨネーズ 牛乳 豚肉 ハム 豆腐 わかめ みそ 玉ねぎ にんじん しょうが きゅうり とうもろこし ねぎ ブロッコリー なめこ だいこん 649 kcal 1.8 g	20 いかのたつた揚げ ゆかりあえ 沢煮碗 こしひかり かたくり粉 薄力粉 米油 はるさめ 牛乳 いか 豚肉 かまぼこ ヨーグルト しょうが もやし きゅうり にんじん 赤しそ だけのこ ごぼう 干ししいたけ きぬさや えのき 620 kcal 2.3 g	21 ローストポテト カルシウムサラダ マーボー丼(麦ごはん) こしひかり 麦 サラダ油 三温糖 かたくり粉 ごま油 じゃがいも オリーブ油 牛乳 豚肉 大豆 豆腐 みそ チーズ しらす干し しょうが にんにく 玉ねぎ 干ししいたけ にんじん だけのこ たら ねぎ こまつな キャベツ 665 kcal 1.9 g	22 ほっけのカレー焼き コーンひたし 大根と厚揚げのオムライス煮 こしひかり 三温糖 サラダ油 かたくり粉 牛乳 ほっけ かつお節 豚肉 厚揚げ しょうが もやし こまつな にんじん とうもろこし にんにく だいこん きくらげ チンゲン菜 593 kcal 1.6 g	23 根タスナック 切り干し大根の中華サラダ 中華麺 みそラーメン ゆで中華めん さつまいも かたくり粉 米油 三温糖 ごま油 牛乳 大豆 青のり ツナ 豚肉 なた 味噌 れんこん ごぼう 赤しそ メンマ 切干大根 キャベツ きゅうり もやし とうもろこし にんにく しょうが にんじん 玉ねぎ きくらげ たら 668 kcal 2.3 g
26 給食週間:カナダ キャロットサラダ メープルマフィン バターライス サーモンチャウダー こしひかり バター サラダ油 じゃがいも シチューの素 ホットケーキミックス メープルシロップ 牛乳 ハム 鮭 あさり 調理用牛乳 脱脂粉乳 たまご 玉ねぎ にんじん とうもろこし キャベツ きゅうり ほうれんそう 699 kcal 2.4 g	27 給食週間:ロシア オリビエサラダ りんご ポークストロガノフ こしひかり 麦 サラダ油 じゃがいも マヨネーズ デミグラスソース ハヤシルウ 牛乳 豚肉 生クリーム ツナ マヨネーズ 玉ねぎ にんじん マッシュルーム にんにく しょうが レモン きゅうり とうもろこし りんご 697 kcal 2.0 g	28 給食週間:韓国 ヤンニョムチキン 切り干し大根のナムル トックスープ こしひかり かたくり粉 米油 三温糖 ごま油 トック 牛乳 とり肉 ベーコン 厚揚げ にんにく 切干だいこん キャベツ きゅうり にんじん はくさい 干ししいたけ 665 kcal 1.6 g	29 給食週間:中国 ぎょうざ春巻き 春雨サラダ 中華コーン卵スープ こしひかり ごま油 春巻きの皮 米油 はるさめ 三温糖 かたくり粉 牛乳 豚肉 みそ ハム たまご キャベツ たら にんにく にんじん きゅうり 玉ねぎ だけのこ とうもろこし 干ししいたけ チンゲン菜 644 kcal 1.6 g	30 給食週間:イタリア ホキの香草パン粉焼き イタリアンサラダ ミネストローネ 米粉パン 米粉パン オリーブ油 パン粉 サラダ油 じゃがいも マカロニ 三温糖 上白糖 牛乳 ホキ ハム チーズ 大豆 ベーコン 生クリーム 調理用牛乳 ゼラチン キャベツ ブロッコリー カリフラワー 赤ピーマン 玉ねぎ にんじん セロリー トマト 706 kcal 2.9 g

※献立は、都合により変更させていただくことがあります。

※○印は、石打小学校でアレルギー対応のある日です。今月はありません。