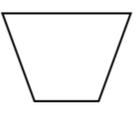
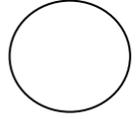
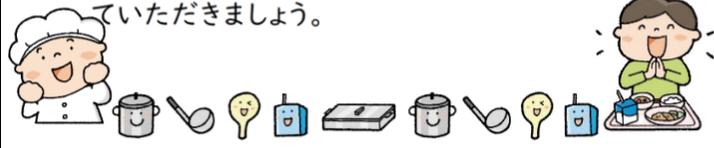
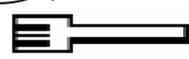
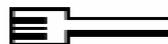
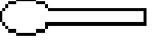
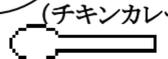
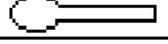
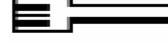


1月分給食もりつけ表

B 班

月(げつ)	火(か)	水(すい)	木(もく)	金(きん)		
<p>給食当番の人は、もりつけ表をよく見て上手にもりつけましょう。</p> <p>【ピンクのしよつき】</p>   <p>【みどりのしよつき】</p> 	<p>全国学校給食週間</p> <p>1月24日から30日</p> <p>全国学校給食週間中は、三重県産の食材を使ったり、学校給食が始まったころの献立を取り入れたりしています。また、今年もおはなし給食を予定しています。</p> <p>毎日、おいしい給食を食べられることに感謝していただきます。</p> 		<p>9</p> <p>ぎゅうにゅう</p>  <p>こくとうパン</p> <p>さけのバーベキューソースかけ</p> <p>エービーシー マカロニスープ</p>  	<p>10</p> <p>ぎゅうにゅう</p>  <p>くろまめ</p>  <p>まつかぜやき</p> <p>こうはくなます</p>  		
	<p>マカロニは、イタリア料理で使われるパスタの一種です。一般には筒状の短いパスタのことをマカロニと呼びます。</p> <p>おせち料理に使われている料理には、願いが込められています。黒豆は、「まめに暮らせますように」、松風焼きは、「裏がない正直な生き方ができますように」などです。</p>		13	14	15	16
<p>成人の日</p>	<p>ぎゅうにゅう</p>  <p>いちごジャム</p>  <p>パン</p> <p>ツナサラダ</p> <p>チリコンカーン</p>  	<p>ぎゅうにゅう</p>  <p>ぶりのてりやき</p> <p>れんこんのあえもの</p> <p>むぎめし</p> <p>はくさいのみそしる</p>  	<p>ぎゅうにゅう</p>  <p>みかん</p>  <p>こくとうパン</p> <p>わかめサラダ</p> <p>チンゲンサイのクリームに</p>  	<p>ぎゅうにゅう</p>  <p>いかのレモンふうみ</p>  <p>むぎめし</p> <p>はくさいづけ</p> <p>ぶたじる</p>  		
	<p>チリコンカーンは、メキシコ由来のアメリカの郷土料理です。ピリッと辛いチリパウダーを使い、ひき肉や野菜、豆など煮込んで作ります。</p> <p>ぶりは、出世魚として知られています。成長段階や地域によって「わらさ」や「はまち」など呼び名が変わります。</p> <p>給食で秋から冬に出されているみかんは、主に「温州」という種類です。手で簡単にむいて食べられるほど皮が薄いのが特徴です。</p> <p>いかのレモン風味は、かみかみメニューです。よくかむと、脳が刺激されて満腹を感じ、食べすぎを防ぐ効果があります。</p>		20	21	22	23
<p>ぎゅうにゅう</p>  <p>おかかあえ</p>  <p>むぎめし</p> <p>ひじきふりかけ</p> <p>ちくぜんに</p>  	<p>ぎゅうにゅう</p>  <p>(セルフあんパン)</p> <p>あずきあん</p> <p>はさむパン</p> <p>さばの</p> <p>カレームニエル</p> <p>ポトフ</p>  	<p>ぎゅうにゅう</p>  <p>ヨーグルト</p>  <p>ジャンバラヤ</p> <p>かぶとはくさいのスープ</p>  	<p>ぎゅうにゅう</p>  <p>パン</p> <p>アレッタと</p> <p>だいずのサラダ</p> <p>イタリアン</p> <p>スパゲッティ</p>  	<p>ぎゅうにゅう</p>  <p>さけのしおやき</p>  <p>むぎめし</p> <p>たくあんづけ</p> <p>すいとん</p>  		
<p>筑前煮は、福岡県に伝わる郷土料理です。鶏肉と野菜をたっぷり使い、しょうゆと砂糖で甘辛く煮込みます。「がめ煮」とも呼ばれています。</p> <p>ポトフは、フランス語で火にかけて鍋という意味があります。たくさんの野菜と肉をじっくり煮込むため、やわらかくなり、味がよくしみこみます。</p> <p>ジャンバラヤは、アメリカの料理です。肉や野菜を炒め、スパイスをかかせたスープで米を炊き上げて作ります。</p> <p>今日は、みえ地物一番給食の日です。アレッタは、ブロッコリーとケールという野菜をかけ合わせてできた新しい野菜です。津市で栽培されています。</p>		27	28	29	30	31
<p>ぎゅうにゅう</p>  <p>フレンチサラダ</p>  <p>むぎめし</p> <p>カレーソース</p> <p>(チキンカレーライス)</p>  	<p>ぎゅうにゅう</p>  <p>ソース</p> <p>かける</p> <p>こめこいりパン</p> <p>つコロケ</p> <p>そえレタス</p> <p>わかめ</p> <p>スープ</p>  	<p>ぎゅうにゅう</p>  <p>バンサンスー</p>  <p>むぎめし</p> <p>マーボー</p> <p>豆腐</p>  	<p>ぎゅうにゅう</p>  <p>こめこいりパン</p> <p>さわらのハーブグリル</p> <p>とうにゅう</p> <p>コーンスープ</p>  	<p>ぎゅうにゅう</p>  <p>せつぶん</p> <p>まめ</p> <p>ごまだれあえ</p>  <p>むぎめし</p> <p>いわしのからあげ</p> <p>(2匹)</p> <p>だいこんのみそしる</p>  		
<p>給食のカレーは、ルーから手作りにしています。ルーは、油と小麦粉を炒め、スパイスを入れて作ります。</p> <p>今日は、絵本の料理をとりあげたおはなし給食の日です。絵本は「おおきくなりすぎちゃったじゃがくん」です。</p> <p>マーボー豆腐は、中国の四川料理のひとつです。豆腐や、肉、ねぎなどを炒め煮にして唐辛子を入れて、とろみをつけた料理です。</p> <p>ハーブとは、特有の香りや味があり、食用や薬用に使われる植物のことです。今日は、バジルとパセリを使っています。</p> <p>今日は節分のメニューです。今年節分は、2月2日です。鬼が嫌うといわれている、豆や鰯を食べ健康に過ごしましょう。</p>						