


1月 கொண்டே தீய்ய

舞鶴市立福井小学校

こんげつ じばさんぶつ
今月の地場産物



ニギス
 わかめ
 アジ

9(水)
 アメリカ
 ミルクパン
 ポークビーンズ
 パインサラダ

<ポークビーンズ>
 給食の定番とも言えるポークビーンズは、アメリカの家庭料理です。白いんげん豆を使うそうですが、給食では大豆を使います。

10(木)
 中国
 豚キムチ丼
 サンラータン

<サンラータン>
 中国の四川料理の一つで、酢と唐辛子をきかせた卵スープです。酢は、殺菌作用や肥満予防などの効果があります。

11(金)
 昭和の揚げパン
 シュガー揚げパン
 スイートポテトサラダ
 白菜スープ

<シュガー揚げパン>
 揚げパンなどの調理したパンは、昭和30年代の終わり頃から給食で出されるようになりました。

14(月)



成人の日

15(火)
 神戸
 そばめし
 竹輪の磯辺揚げ
 わかめスープ

<そばめし>
 神戸発祥B級グルメのそばめしは、お好み焼き屋で、焼きそばを作っていた時に、屋に残ったご飯と一緒に炒めたのが始まりだそうです。

16(水)
 アメリカ
 全粒粉パン
 チキンチャップ
 ゆでブロッコリー
 野菜スープ

<チキンチャップ>
 チキンを焼いておろし玉葱のケチャップソースをかけたものです。

17(木)
 日本のカレー
 カレーライス
 千切大根のナムル
 福神漬

<カレーライス>
 インドのカレーは、日本のみそ汁のような料理で、家庭ごとに香辛料を変え味が違うそうです。日本に伝わったのは明治時代で、昭和29年にカレールウが発売されました。

18(金)
 沖縄
 小型パン
 沖縄そば
 ニギスの石垣フライ

<地場産物の日>
 ニギス
 <沖縄そば>
 沖縄そばの特徴は、麺は太麺、煮干しを使ったスープです。

21(月)
 明治時代の給食
 セルフおにぎり
 大豆の磯煮
 大根のみそ汁

<給食開始当時の献立>
 明治22年に始まった給食は、今の給食のようにいろいろな献立があるのではなく、毎日ごはんのみそ汁でした。家から持ち寄った野菜や米で作られています。

22(火)
 大阪
 きつね寿司
 筑前煮
 すまし汁

<きつね寿司>
 いなり神の使いであるきつねのすきな食べ物が、油揚げだそうです。油揚げを砂糖と醤油で甘辛く味付けてバラ寿司にまぜあわせませす。

23(水)
 フランス
 黒糖パン
 クリームシチュー
 フレンチサラダ

<クリームシチュー>
 ホワイトソースなどの濃厚なソースを使った料理の発祥はフランスだそうです。ホワイトソースも給食室で手作りします。

24(木)
 中国+日本
 麦入りごはん
 麻婆大根
 小松菜とじゃこの炒め煮

<麻婆大根>
 麻婆豆腐は、中国の家庭料理ですが、日本でもよく食べられるようになりました。今回、豆腐を旬の大根でアレンジします。

25(金)
 イタリア
 カレーミートのパニーノ
 ミネストローネ

<カレーミートのパニーノ>
 パニーノは、具が挟まったという意味で、イタリア人にとっては軽食、日本人にとってはおにぎりみたいな物です。

28(月)
 日本の冬の家庭料理
 ごはん
 おでん
 ごま酢和え
 味付け海苔

<おでん>
 学校のおでんには、大根、じゃがいも、にんじん、さつまあげ、がんもどき、こんにゃく、うずら卵と具だくさんで栄養たっぷりです。大根はさむくなるにつれて、甘味がまじおしくなります。

29(火)
 舞鶴
 京田ごはん
 アジの丸ごと揚げ
 ぽかぽか汁

<地場産物の日>
 アジ わかめ
 <京田ごはん>
 舞鶴の京田地域に伝わるごはんです。具にとろろ、にんじん、とり肉、ごぼうが入っています。
 <ぽかぽか汁>
 すりおろしたしょうが入りの体があたたまるおつゆです。だしはかつおと昆布でとります。


30(水)
 インド
 味付けパン
 インディアンポテト
 根菜のコンソメスープ

<インディアンポテト>
 じゃがいも、玉ねぎ、ソーセージを炒め、ケチャップとカレー粉で味付けします。インドの人は毎日のようにカレースープを食べる事から、インディアンポテトと名付けられたそうです。

31(木)
 アメリカ+日本
 麦入りごはん
 シャキシャキバーグ
 ゆでキャベツ
 ほうれん草のみそ汁

<シャキシャキバーグ>
 ハンバーグは、アメリカの家庭料理ですが、日本の家庭でもなじみある料理となりました。今回かみごたえをアップするために、もやしとえのきだけが入っています。

きょうしやく しゅうかん
給食週間
 1月21日(月) ~ 25日(金)
 全国給食週間(1月24日~30日)に合わせ、福井小学校でも21日~25日を給食週間として取組を行います。
 給食に関わる人たちに感謝する心を育みます。



※牛乳は毎日つきます。
 月曜 — ごはん 火曜 — 加工ごはん 水曜 — 加工パン 木曜 — 麦入りごはん 金曜 — 規格パン