

1月 もいつけひょう



坂戸市立三芳野小学校

月	火	水	木	金
<p>こんげつのこんだてより①</p> <p>10日(金)「かがみびらき献立」</p> <p>1月11日は鏡開きです。歳神様に供えてあった鏡餅を食べて、家族の1年の幸せを願う日です。給食では鏡開きにちなみ、10日にみなさんの幸せを願って「しらたまぜんざい」をだします。給食室で朝から小豆をコトコト煮て作るぜんざいを味わって食べてください。</p>	<p>こんげつのこんだてより②</p> <p>15日(水)「小正月献立」</p> <p>1月15日は「小正月」です。小正月には、餅をついて「繭玉」を飾ったり、小豆粥を作ったりしてその年の豊作を願います。給食では小正月にちなみ、「しらたまそうに」をだします。1つ1つ丁寧に手作りする白玉餅は、豆腐を混ぜてやわらかくし、風味豊かなかつお出汁で煮込みます。よく噛んで、味わってください。</p>	<p>9</p> <p>こまつなとたまごのちゅうかいため</p> <p>ごはん にくじゃが</p>	<p>10</p> <p>かがみびらき献立</p> <p>しらたま あかうおのぜんざい やさいあんかけ</p> <p>きざみのりは、はしをつかってわけましょう。</p> <p>ごはん ちらしずし</p>	
<p>13 成人の日</p> <p>成人の日</p>	<p>14</p> <p>てづくり チンゲンサイとりんごゼリーコーンのソテー</p> <p>フラワー かぶのクリームロール</p>	<p>15 小正月献立</p> <p>さばの たつたあげ あさづけ</p> <p>ごはん しらたまそうに</p>	<p>16</p> <p>(ごぼうサラダ)</p> <p>(チキン) ていやくチキンバーガー</p> <p>(こども) ワンタンパン</p> <p>ごはん スープ</p>	<p>17</p> <p>とうふ シューマイ ゆずはくさい</p> <p>ごはん ぶたにくとこんぶのいりに</p>
<p>20</p> <p>シーザーサラダ</p> <p>バターロール</p> <p>スパゲッティ ナポリタン</p>	<p>21</p> <p>とりにくのかわりフライ</p> <p>ごはん ごもくまめ</p>	<p>22</p> <p>こくとう いろいろやさいのナムル</p> <p>むしパン</p> <p>みそラーメン</p> <p>(ちゅうかめん) (しる)</p>	<p>23</p> <p>はくさいとベーコンのいためもの</p> <p>ふゆのチキンカレーライス</p> <p>(むぎごはん) (ルウ)</p>	<p>24</p> <p>ちくわのいそべあげ</p> <p>(1~3ねん 1ほん 4~6ねん 2ほん)</p> <p>ごはん だいこんのアチャラづけ</p>
<p>27</p> <p>さばのみそに おひたし</p> <p>ごはん かきたまじる</p>	<p>28</p> <p>とりにくのハーブあげ</p> <p>ごはん コールスロー</p>	<p>29</p> <p>こまつなとしらたきのいためもの</p> <p>ごはん ホンシャオ豆腐</p>	<p>30</p> <p>だいこんのサラダ</p> <p>くろパン</p> <p>ニョッキのトマトソース</p>	<p>31</p> <p>つくねあげ</p> <p>(1、2ねん 1こ 3~6ねん 2こ)</p> <p>ごはん はくさいのおかかあえ</p> <p>せんべいじる</p>



寒い季節の手洗い

きちんとできていますか？

寒くなると水が冷たくなり、手洗いがおそろかになりがちです。冬場の手洗いは、風邪の予防にも効果的です。きれいに洗ったつもりでも、汚れが残っていることがあります。石鹸を使ってしっかり洗い、きれいな手で給食を食べ、元気に過ごしましょう。



新メニュー

29日(水)

紅焼豆腐 (ホンシャオ豆腐)

中国の家庭料理として親しまれている料理です。「紅焼」はしょうゆ味の煮込み料理という意味です。今回は厚揚げを使い、しょうゆ+みそで味に深みを出してみました。旬の食材「はくさい」を使い、とろみがついているので冷めにくく、ピリッと辛い味付けで体も温まる、冬にピッタリの料理です。味わって食べてください。

