

1月 もりつけひょう



令和4年度
第五福田小学校

月	火	水	木	金
<p>給食当番の衛生チェック</p> <p>白衣のボタンをきちんととめていますか？ ぼうしの中に髪の毛を入れていませんか？ マスクを忘れていませんか？ 手をきれいに洗いましたか？</p>			<p>たべるまえに</p> <p>てあらう</p> <p>かならず</p>	
9	10	11	12	13
<p>成人の日</p>	<p>3学期始業式</p>	<p>さわらのてりやき</p> <p>こうはくなます</p> <p>ごはん</p> <p>しらたまごうに</p> <p>★お正月にちなんで★ 1年の健康を祈って食べます。白玉餅はよく噛んで食べましょう。</p>	<p>はくさいのあますあえ</p> <p>ごはん</p> <p>みそにこみおでん</p> <p>おでんは地域や家庭によって具材や味つけが異なります。しっかり食べて体を温めましょう。</p>	<p>だいこんとみずなのあえもの</p> <p>ごはん</p> <p>あつあげとキャベツのあまからみそいために</p> <p>厚揚げは豆腐を油で揚げて作った食べ物です。体を作る「たんぱく質」たっぷりです。</p>
16	17	18	19	20
<p>ぶたにくのゆずみそからめ</p> <p>はくさいのおかかあえ</p> <p>ごはん</p> <p>のっぺいじ</p> <p>★岡山県の料理★ 主食(ごはん・パン・めん)・主菜(肉・魚・大豆)・副菜(野菜)をそろえることが大切です。</p>	<p>わかどりじゃがいもの</p> <p>マーマレード</p> <p>はいがパン</p> <p>やさいスープ</p> <p>グラタンは給食室で具材をカップに1つ1つ入れ、チーズをかけて焼いて作っています。</p>	<p>たんぱくろまめ</p> <p>きわかめのすのもの</p> <p>げためしごはん</p> <p>げためしのご</p> <p>★岡山県の料理★ 「げた」は瀬戸内海でとれる魚で「舌平目」とも呼ばれます。</p>	<p>あげシューマイ</p> <p>だいこんのナムル</p> <p>キムチラーメン</p> <p>ちゅうかめん</p> <p>キムチラーメンのご</p> <p>★韓国の料理★ キムチは韓国の漬物です。ピリ辛の味で体を温めてくれます。</p>	<p>こまつなとしめじのおひたし</p> <p>ごはん</p> <p>いしかりなべ</p> <p>★北海道の料理★ さけと野菜を煮込んで、みそで味つけています。</p>
23	24	25	26	27
<p>ほうとうづけ</p> <p>たこめし</p> <p>とんじる</p> <p>★岡山県の料理★ 倉敷市児島にある下津井地区でとれた「たこ」を使っています。</p>	<p>みかん ケチャップ ソース キャベツ</p> <p>カツ</p> <p>バーガー</p> <p>とんかつ</p> <p>はくさいスープ</p> <p>パン</p> <p>給食の前にきちんと手を洗っていますか？しっかりと手洗いをして感染症から体を守りましょう。</p>	<p>ヨーグルト</p> <p>かいそうサラダ</p> <p>カレーライス</p> <p>ごはん</p> <p>カレーのルー</p> <p>★カレーの日にちなんで★ 1月22日はカレーの日！給食が由来になった記念日です。</p>	<p>さけのしおやき</p> <p>きりぼしだいこんのにつけ</p> <p>ごはん</p> <p>すいとん</p> <p>★給食週間にちなんで★ 給食は山形県の小学校で始まりました。</p>	<p>いよかん</p> <p>ちゅうかのあえもの</p> <p>ごはん</p> <p>とうふのフリソースに</p> <p>いよかんの「いよ」は愛媛県のことです。甘くて香りのよいみかんで、上手に食べましょう。</p>
30	31	<p>校内給食週間 1/23～1/27</p> <p>給食ありがとう！</p>		
<p>さばのうめだれかけれんこんのあえもの</p> <p>げんまいりごはん</p> <p>だいこんとしろねぎの</p> <p>★地産地消給食★ 「連島れんこん」など岡山県や倉敷市の食材がたっぷりです。</p>	<p>だいこんサラダ</p> <p>バターロールパン</p> <p>クリームシチュー</p> <p>「大根」は冬に旬をむかえる食べ物です。</p>			