



# もりつけ表



令和3年度  
第五福田小学校

月	火	水	木	金
3	4	5	6	7
				<p><b>2022年が始まりました。</b> 今年も1日3食もりもり食べて、毎日元気にごすごしましょ。</p> <p><b>3学期始業式</b></p>
10	11	12	13	14
<p><b>成人の日</b></p>	<p>ビーフンサラダ</p> <p>ベーコンに</p>	<p>ぶりのてりやき</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>さばのゆずかおりやき</p> <p>ぐるに</p> <p>ごはん</p> <p>どろめじる</p>	<p>ほうれんそうのおかかあえ</p> <p>ごはん</p> <p>おでん</p>
<p>今年最初の給食です。クラスのみんなで協力して、おいしく、楽しくいただきます。</p>	<p>お正月にちなんだ料理です。雑煮には、白玉餅が入っています。よくかんで食べましょう。</p>	<p>どろめ汁とぐる煮は高知県の郷土料理です。どろめ汁のしらすを「どろめ」と呼び、ぐる煮は「なかま、一緒」という意味です。</p>	<p>おでんは日本の家庭料理です。だしは昆布で、はこんにやくやだいこんなどに煮た料理です。</p>	
17	18	19	20	21
<p>さわらのあおだいずみそやき</p> <p>こまつなとじゃこのいために</p> <p>ごはん</p> <p>のっぺいじる</p>	<p>ぼんかん</p> <p>キャベツ</p> <p>とんかつ</p> <p>ケチャップ</p> <p>ピーンスープ</p> <p>カツバーガー</p>	<p>みずなのあえもの</p> <p>あつあげとキャベツのあまからみそいために</p> <p>ごはん</p>	<p>ござかなのあまからめ</p> <p>あげだいに</p> <p>ごもくあんかけラーメンのぐ</p>	<p>わかどりのいそべあげ</p> <p>れんこんのあえもの</p> <p>ごはん</p> <p>えのきたけのみそじる</p>
<p>こまつなは、緑黄色野菜です。皮ふを丈夫にしたり、目を健康にたもつ働きがあります。</p>	<p>カツバーガーのカツは手作りで、調理員さんがお肉一つ一つに衣をつけて揚げています。</p>	<p>水菜は、冬が旬の野菜です。緑黄色野菜で、冬に必要なビタミンがたくさんあります。</p>	<p>五目あんかけラーメンの具にはたくさんのお野菜が入っています。残さず食べましょう！</p>	
24	25	26	27	28
<p>ひじきいりちゅうかのあえもの</p> <p>ちゅうかどん</p> <p>ちゅうかどんのぐ</p>	<p>ブルー</p> <p>わかどりとじゃがいものグラタン</p> <p>やさいスープ</p> <p>はいがパン</p>	<p>くろまめこぶくろ</p> <p>ほうとうじづけ</p> <p>たこめし</p> <p>とんじる</p>	<p>くじらのたつたあげ</p> <p>もやしのからしあえ</p> <p>ごはん</p> <p>じゃがいものみそじる</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>げんまいりごはん</p> <p>すいとん</p>
<p>手洗いはきちんとできていますか？かぜ予防のために食事の前は特に丁寧に洗いましょう。</p>	<p>グラタンは、一つ一つ手作りで、じゃがいもと野菜のほかに、チーズが入っています。</p>	<p>たこめしは、岡山県の郷土料理です。倉敷市児島地域にある下津井地区でとれた「たこ」を使っています。</p>	<p>クジラ肉の赤身は低カロリーで、高たんぱくです。手に入りにくいので、なかなか食べられません。おいしくいただきます。</p>	
31	<p><b>校内給食週間1/24~1/28</b></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>カレーライスのぐ</p> <p>ヨーグルトは、牛乳を発酵させて作ります。おなかの調子を整えてくれる働きがあります。</p>				

## 校内給食週間1/24~1/28

