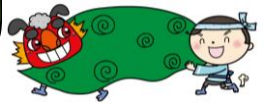


大高小学校

もりつけひょう 1月

感謝して食べよう。

今月の
もくひょう



月	火	水	木	金
	<p>辰</p>	<p>10 季節の料理 (お正月にちなんで)</p> <p>ぶりのてりやき こはくなます</p> <p>牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>しらたまぞうに</p>	<p>11</p> <p>あげしゅうまい だいこんのナムル (2こずつ)</p> <p>牛乳</p> <p>キムチラーメン ちゅうかめん</p> <p>ラーメンのしる</p>	<p>12</p> <p>こまつなのからしあえ</p> <p>牛乳</p> <p>みかん</p> <p>ごはんのぐ</p> <p>こうやどうふのそぼろかけごはん</p> <p>ごはん</p>
<p>15 郷土料理 (高知県)</p> <p>さわらのゆずかき</p> <p>牛乳</p> <p>ぐるに</p> <p>ごはん</p> <p>どろめじる</p>	<p>16</p> <p>ブルーベリー</p> <p>牛乳</p> <p>わかどりとじゃがいものグラタン</p> <p>はいがパン</p> <p>やさいスープ</p>	<p>17</p> <p>はくさいのあまずあえ</p> <p>牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>おでん(うずらたまごいり)</p>	<p>18 郷土料理 (北海道)</p> <p>こまつなとしめじのおひたし</p> <p>牛乳</p> <p>みかん</p> <p>ごはん</p> <p>いしかりなべ</p>	<p>19</p> <p>みずなのあえもの</p> <p>牛乳</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>22</p> <p>かいそうサラダ</p> <p>牛乳</p> <p>ヨーグルト</p> <p>カレーライス ごはん</p> <p>カレールウ</p>	<p>23 地場産物 (れんこん) を使用した料理</p> <p>わかどりとれんこんのあまずあえ</p> <p>牛乳</p> <p>みかん</p> <p>パン</p> <p>たまごいり</p> <p>ちゅうかスープ</p>	<p>24 給食週間にちなんで</p> <p>さけのしおやき</p> <p>牛乳</p> <p>きりぼしだいこんのにつけ</p> <p>げんまいいりごはん</p> <p>すいとん</p>	<p>25 郷土料理 (岡山県)</p> <p>ローストくろまめ ほうとうじづけ</p> <p>牛乳</p> <p>たこめし</p> <p>とんじる</p>	<p>26</p> <p>くじらとじゃがいものオーロラソース</p> <p>牛乳</p> <p>ほうれんそうのおかかあえ</p> <p>ごはん</p> <p>だいこんのみそしる</p>
<p>29</p> <p>わかどりのあおだいずみそやき</p> <p>牛乳</p> <p>こまつなのいために</p> <p>ごはん</p> <p>のっぺいじる</p>	<p>30</p> <p>ケチャップソース</p> <p>ゆでキャベツ</p> <p>牛乳</p> <p>てづくりトンカツ</p> <p>カツバーガー</p> <p>パン</p> <p>ビーンズスープ</p>	<p>31</p> <p>わかめのすのもの</p> <p>牛乳</p> <p>ぼんかん</p> <p>ごはん</p> <p>みそにくじゃが</p>	<p>♡心をこめて食事のあいさつをしよう♡</p> <p>いただきます ごちそうさま (ご馳走様)</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>「馳走」にはかけ回るという意味があり、「食事を作るために、食材を育てたり、運んだり、料理をしたりするために駆けまわっていただきありがとうございます」という意味があります。</p> </div>	

※ 手洗い、身支度をととのえてから準備しましょう。
 ※ 食器は正しい位置に置き、手に持って食べましょう。

出典:食育フォーラム