令和 2年　1月の給食献立表

桂 堂 学 園

月	火	水	木	金	土
毎日提供 午前…牛乳 昼…主食 麦茶		年始休み			4日 アジフライ 水菜とツナの ゴマ酢和え キャベツたっぷり豚汁 バナナ
6日 回鍋肉 ちくわときゅうり のマヨ和え ニラ玉スープ みかん	7日 マーボー豆腐丼 春雨サラダ 七草のみそ汁 りんご	8日 ちくわの磯辺揚げ 引き昆布の煮物 けんちん汁 バナナ	9日 肉みそうどん ポテトとブロッコリー のサラダ キャベツとえのき のスープ みかん	10日 じゃが芋と厚揚げ の煮物 きゅうりとしらす の酢の物 大根と菊のみそ汁 りんご	11日 鮭の甘塩焼き ひじきの五目煮 白菜とふのり のみそ汁 ヨーグルト
13日 成人の日	14日 豚丼 ツナコーンサラダ さつま芋と大根 のみそ汁 みかん	15日 たらの煮付 キャベツとハム のサラダ もやしとニラ のみそ汁 ゼリー	16日 塩焼きそば 水菜とカニカマの ゴマ酢和え わかめと豆腐 のスープ バナナ	17日 お誕生会 エビピラフ チキンカツ マカロニサラダ めかぶと卵のスープ ケーキ いちご	18日 プルコギ ほうれん草の 納豆和え なめこと大根の みそ汁 りんご
20日 回鍋肉 ちくわときゅうりの 中華和え えのき茸と人参の みそ汁 みかん	21日 ひき肉のカレーライス 福神漬 和風ツナキャベツ サラダ かぶとしめじのスープ バナナ	22日 豚肉とエリンギの 甘みそ炒め のり風味サラダ 白菜と油あげの みそ汁 りんご	23日 えびときのこのトマト クリームパスタ 大根サラダ もずくスープ ヨーグルト	24日 パンの日 胚芽パン 鶏の甘辛ケチャップ煮 レタスサラダ 具沢山のだし活 スープ みかん	25日 鯖と玉ねぎのみそ煮 小松菜とベーコン のサラダ せんべい汁 バナナ
27日 ごまだれ肉団子 スパサラダ なめこと豆腐の みそ汁 バナナ	28日 カラフル納豆丼 炒り豆腐 冬の野菜スープ りんご	29日 じゃが芋と厚揚げ の煮物 きゅうりとしらす の酢の物 大根と菊のみそ汁 ゼリー	30日 カレーうどん 白菜とツナの ゴマサラダ 春雨スープ みかん	31日 ほっけの塩焼き もやしのサラダ わかめと玉ねぎの みそ汁 バナナ	

【 給食だより 】 子どもに伝えたい「食文化」

一年の始まりを祝うお正月は、日本人にとって、特別な年中行事です。

そして、お正月に食べる「おせち料理」。その内容や食べ方は、地域ごとに様々なバリエーションがありますが、「料理を食べることで健康長寿を願う」という点と、「日本の伝統文化のなかで人をつなぐ」という点は、どの地域でも同じです。

お正月は、子どもたちに地域、家庭の味と文化を伝える絶好の機会です。

◎行事食の楽しみ方

★一緒に食べる楽しさ

「地域の風土に合わせて育まれてきた“食”をとおして、家族や親戚がつながる。」これが日本の行事の特徴であり、この体験が子どもたちの社会性を育てます。みんなで食べる食事は、誰にとっても楽しい時間。日本の伝統文化の中で、食は人をつなぐ役割を担っています。

★食べ物に込められた願いを知る

行事によく食べられる「赤飯」は、古くから邪気や厄を払うと信じられており、祝儀だけでなく、お盆などの仏事にも食べられています。お正月に食べる料理にも、それぞれに願いが込められています。

かずのこ（魚の卵）
子孫繁栄を願う

黒豆
まめに働き
まめに暮らせますように

紅白かまぼこ
縁起がよい初日の出

たつくり
田を作るということから
農作物の豊年、家内安全の願い

家族の健康や長寿
成長を祈る

きんとん（黄金色）
お金がたまりますように

昆布巻き
縁起物（よろこぶのこぶ）

背の曲がったえび
腰が曲がるまで元気で長生き

れんこん
穴があって向こうが見える
先を見通せますように