

1月の給食目標~郷土の食べ物をしよう~

1月 給食たより

あけましておめでとうございます♪

あけましておめでとうございます。本年も、安全・安心でおいしい給食をおとどけできるよう、給食センター一同努めて参りますので、よろしくお願いします。

さて、いよいよ今の学年で過ごすのも最後となる3学期が始まります。休み明けに生活リズムがくずれてしまうと、朝おきるのがつらくなったり、体がだるくなったりしてしまいます。ことわざに、「1年の計(けい)は元旦にあり」という言葉がありますが、「計画や目標は、1年の始まりである元旦に立てると良い」という言葉で、「最初が肝心」ということです。生活習慣についても今年の目標を立ててみてはいかがでしょうか？



今月の行事食・特別給食



6日(木)・・・【1日】お正月お祝い献立。
お祝いの日にたべるなかみ汁がでます♪



7日(金)・・・七草。
正月中ごちそうを食べすぎた胃を休める為
またこの1年の健康を祈願して七草がゆを食べる日です。



11日(火)・・・鏡開き。
鏡開きとは 神様に供えた鏡もちをいただく日です。
給食でもお雑煮がでますのでお楽しみに。

12日(水)・・・4年3組リクエストメニュー。
4年3組さんが50回完食をしました。完食おめでとうの気持ちを
こめて給食センターから「リクエスト券」をプレゼント♪
4年3組さんがリクエストしたメニューはなにか？

24日(月)~28日(金)・・・学校給食週間。
沖縄の郷土料理や地場産物を使った特別献立が出るよ♪



<中味汁>
豚の内臓を使った代表的な料理。
お祝い事には欠かせない料理です。
しっかり鰹だしをとってつくる
あっさりした汁です。しょうがが
アクセントになっています。



<ヌンク-グァ>
元々ヌンク-とは、中国の火鍋に似
た「ヌンク-」という鍋で作る鍋料
理のことでした。大根や人参、こん
にゃく、昆布、豚肉、厚揚げなどを
炒め煮にした料理です。



<イナムドゥチ>
イナムドゥチのイナは「いのし
し」、ムドゥチは「もどき」とい
う意味があります。昔はいのしし
の肉を使用していましたが、現在
は豚肉が使われています。

★給食のうづいかわいをみてみよう★

