



1月予定こんだて表



平成26年度

姫島村学校給食共同調理場

	月	火	水	木	金
こんだて	 24日～30日の 全国学校給食週間 は全国・大分県・姫島村の郷土料理・姫島産食材を使った献立にしています。 	今月の姫島産食材 干しかぶ・にんにく・ねぎ・さといも・さつまいも・じゃがいも・わかめ・干しいたけ・たこ・ひじきを使用しています。 	～リクエスト給食～ 12月に卒業生（中学3年生…15名）にアンケートをとりました。結果は下記の通りです。1・2月のこんだてにいています。 第1位…とり天 第2位…からあげ 第3位…チョコチップパン 第4位…あげパン 第5位…ソファール	8日 ★始業式★ 麦ごはん チキンカレールウ おいもサラダ ソファール（ストロベリー）牛乳 リクエスト第5位 小麦ごはん・油・マヨネーズ・さつまいも・じゃがいも とり肉・チーズ・まめ・ヨーグルト なまなまクリーム・牛乳 たまねぎ・にんじん・りんご・しょうが・にんにく きゅうり・コーン	9日 ★11日は鏡開きです★ ごはん 雑煮風汁 肉しのだ もやしのごま酢和え 牛乳 ごはん・油・さとう・ごま・トック とり肉・にんにく・しょうが・かまぼこ あぶら揚げ・さつまあげ・肉しのだ もやし・にんじん・ごぼう・はくさい こまつな・ねぎ
	12日  成人の日	キムチごはん ワンタンスープ キャベツと卵の炒めもの牛乳	ごはん さほのみぞ煮 ひじき煮 牛乳	あげパン 白菜のクリーム煮 かみかみサラダ 牛乳 リクエスト第4位 パン・あぶら・さとう とり肉・さほのみぞ煮・牛乳・ベーコン・なまなまクリーム・さきいか	ごはん 豚汁 親子焼き ゆかり和え 牛乳 ごはん・あぶら・さとう・ごま・さといも・かたくり とうふ・牛乳・みそ・とり肉・たまご だいこん・にんじん・ごぼう・しょうが ねぎ・たまねぎ・キャベツ・はくさい
	19日 ごはん 干しかぶ煮 ぶりの照り焼き ツナ和え 牛乳	ミニごはん カレーうどん 里芋と大根の煮物 ぼんかん 牛乳 	チョコチップパン 野菜たっぷりスープ 手作りグラタン 大学いも 牛乳 	麦ごはん 家常豆腐 チャプチェ 牛乳 リクエスト第3位 小麦ごはん・あぶら・さとう・片栗粉 牛肉・ふた肉・あつあげ・みそ・牛乳 にんじん・たまねぎ・干しいたけ こまつな・いんげん	わかめごはん あさり入りみそ汁 いわしの甘辛 たくあん和え 牛乳 ごはん・あぶら・かたくり・さといも とうふ・牛乳・みそ・あさり・わかめ・いわし きりぼし切干だいこん・ねぎ・ほうれんそう もやし・にんじん
26日 ★郷土料理の日（とりめし・だんご汁）★ とりめし だんご汁 たこからあげ なます 牛乳	ごはん すまし汁 赤魚のコーンマヨ焼き ヤーコン金平 牛乳 ヤーコンは国東でとれたものを使用しています。 ごはん・あぶら・マヨネーズ・さとう・ごま あかあか赤魚・とうふ・青のり・油あげ・かまぼこ・わかめ れんこん・ヤーコン・にんじん・コーン しめじ・こまつな・干しいたけ	ミルクパン フィッシュカツ (タルタルソース) さっぱりサラダ ぜんざい 牛乳	ごはん 三平汁 とり天 ピーナッツ和え 牛乳 三平汁は北海道の郷土料理です。 リクエスト第1位 ごはん・あぶら・さとう・天のから揚げ・じゃがいも・ピーナッツ さけ・牛乳・みそ・とり肉 だいたいこん・にんじん・ねぎ・しょうが にんにく・いんげん・キャベツ	きのこスパゲティー (さきのみり) 野菜ソテー チキンピカタ 石垣もち 牛乳 石垣もちは大分県の郷土料理です。 スパゲティー・あぶら・さとう・小麦粉・さつまいも ベーコン・のり・牛乳・チキンピカタ コーン・たまねぎ・マッシュルーム・えのき しめじ・キャベツ	

あけましておめでとうございます。いよいよ今年度最後の学期が始まりました。寒い時期ですが、今年もよく食べ、しっかり運動をして、すくすく成長し、強い体をつくってほしいと思います。給食センターでも児童・生徒のために、おいしく安全で魅力ある給食となるよう努力してまいりますので、よろしくお祈りいたします。

全国学校給食週間

1月24日～30日は全国学校給食週間です。この1週間は、学校給食の意義や役割について、たくさんの人に知ってもらい、これからの学校給食について考えてもらうため、全国各地でいろいろな取り組みが行われています。
 学校給食が始まって今年で126年。学校給食の始まりは明治22年（1889年）山形県にある小学校で、家が貧しくてお弁当を持ってこれない子どもたちのために食事を出したのが始まりです。その後、戦争による食料不足で中断された学校給食ですが、子どもたちの栄養不足が心配され、外国からの援助物資で再開することができました。

★材料の都合により、献立が変更になる場合がありますがご了承ください。

1月11日は鏡開き

○武士は鏡開きで運をひらきました…
 お供えしていた鏡もちを木づちでたたき割る『鏡開き』はもともと武士の風習でした。男性は具足（鎧など）にお供えした『具足もち』を女性は鏡台に供えた『鏡もち』をそれぞれ雑煮にして食べたことがこの行事のはじまりです。しかし、武家社会では『切る』という言葉が嫌いなときどき刃物を使いませんでした。それで、叩いて割るのですが、おめでたいときに『割る』というのも縁起が悪いので『運を開く』にかけて『鏡開き』と呼ぶようになったそうです。

○割ったおもちはおしるこ・揚げもちなどに…
 お正月の間供えられていた鏡もち、カビが生えたりヒビが入ったりして持て余しがちですが、それを有効に利用する合理的な行事が『鏡開き』です。できれば飾る段階でカビ対策をしておくといいでしょう。上下のもちの重なる部分と底に清潔なはけやカット綿を使い焼酎をぬっておくとかなりカビを防ぐことができるそうです。それでもカビってしまったらその部分は削り取って、ヒビのところから折ったり、木づちで叩き割って、細かくします。これをお汁粉や、お雑煮に入れて食べるのがもっともオーソドックスな形。あべかわや揚げもちにしてもおいしくいただけます。