



《牛乳は毎日あります》



1月 こんだてひょう



令和6年1月11日 舞鶴市立倉梯第二小学校

学校給食週間 1月24日～30日

倉梯第二小学校の給食週間 1月22日(月)～1月26日(金)

給食週間では、毎年、給食の歴史や食べ物の大切さ、給食にかかわる方々について学びます。今年度は、特に舞鶴で作られているお茶について学びます。献立では、日本の伝統料理や舞鶴産の野菜、魚、若布お茶を使用した料理、舞鶴の郷土料理を味わいます。委員会では、「給食を残さず食べよう」の劇をしたり、給食時間の放送で、お茶クイズをしてお茶のよさを伝えたりします。



12日(金)



シュガーあげパン
ほうれん草ソテー
たまごスープ

給食で、おなじみの揚げパンは、昭和27年からで、当初は、揚げて砂糖をまぶしたものでした。今日は、グラニュー糖と砂糖をまぶしています

15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)
わかめごはん しらたまずうに ごしきなます みかん おせち料理です。舞鶴の「そうじ」は、白みそで作るところが多いようですが、給食では煮干しと昆布のだしとしょうゆで味付けしています。「なます」とは、生の魚と野菜をあまぜて甘酢で味付けしたものでしたが、やさしい野菜だけでも「なます」と言われるようになりました。	きょうだごはん 舞鶴産アジの まるごとあげ すましじる 京田ごはんは、西舞鶴の京田地域に伝わるごはんです。豆腐を炒めて具を作るのが特徴です。	あじつけパン ポトフ 舞鶴抹茶の やさいチップス 12月に登場した舞鶴抹茶です。今日は、いつものやさいチップスに舞鶴抹茶と塩を合わせたものをまぶしています。	むぎいりごはん ふゆやさいの マーボーどうふ きりぼしだいこんの ナムル 冬野菜マーボーの冬野菜は、白菜、かぶ、にんじん、しろねぎです。また、冬野菜は、体を中から温めます。	パン カレービーンズ コールスローサラダ ポークビーンズは、アメリカの家庭料理で、今日は、カレー味にしているのでカレービーンです。給食では、大豆、グリーンピース、豚肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、が入っています。
22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)
ごはん 海軍さんの にくじゃが ひじきのにも 肉じゃがが初めて作られたのが、舞鶴の海軍と言われています。今は、自衛隊の料理教科書に残っているそうです。	佐波賀だいこんの チャーハン ちくわのいそべあげ はるさめスープ 佐波賀だいこんは、舞鶴の特産物で「京の伝統野菜」です。水分が少なく、固めで身が引き締まっていることから、煮崩れしにくいのです。今日は、チャーハンにしています。	ぜんりゅうふん 全粒粉パン スラッピージョー ABCスープ 「スラッピージョー」は、アメリカで人気のサンドウィッチです。パンにはさむとポロポロこぼれることから、ポロポロ落ちるという意味の「スラッピー」この料理を考えた人が「ジョー」さんということからこの名前がついたそうです。	むぎいりごはん シラの 舞鶴抹茶あげ みずなの ハリハリスープ 舞鶴産のシラに小麦粉、白ごま、抹茶をあわせた衣をつけて揚げています。「ハリハリ」とは、水菜の歯ごたえのある食感のことです。	こがたパン 舞鶴わかめうどん やさしいため チョコジャム 舞鶴わかめは、野原の海で育てたわかめを手で刈り、湯につけて冷凍したり、乾燥したりします。今日は、乾燥わかめを使っています。
29日(月)	30日(火)	31日(水)	【今月の地場産物】 *16日(火) アジ アジは、まるごと油で揚げているので、頭から骨まで全部食べられますが、アジの骨は特にかたいので、むりをしないように気を付けてよくかんで食べましょう。 *25日(木) シイラ *26日(金) 舞鶴産わかめ	
ごはん チキンカレー パインサラダ ふくじんづけ 福神漬は、七つの野菜を細かく刻んで、しょうゆ、みりんに漬けたものです。七福神のひとり、弁天様にちなんでつけられた名前だそうです。	ウズベキスタン風 ピラフ コーンサラダ ガロフ風スープ ウズベキスタン料理は、肉や野菜のうまみを生かして、塩と香草で味付けした料理です。今日は、給食用にアレンジしています。	ミルクパン じゃがいもの チーズに はくさいの クリームスープ 白菜は、ほとんどが水分ですが、食物センイやビタミン、ミネラルがバランスよく含まれています。スープにして汁ごと食べるといいですよ。	 	