

# 1月 給食カレンダー



こんげつ きゅうしょく もく ひょう  
**今月の給食目標**

かんしや た  
**感謝して食べよう**

月	火	水	木	金
9	10	11	12	13
	<b>しぎょうしき 始業式</b> 	★七草献立 七草うどん 大根のなます風 さつまいもと 大豆の揚げ煮	★鏡開き献立 こぎつねごはん 鱈の西京焼き おひたし 白玉しるこ	 ガーリックフランス まめ 豆のトマトシチュー ブロッコリーサラダ
16	17	18	19	20
 ふゆ やさい 冬野菜のマーボー丼 もやし中華サラダ あんじん豆腐	 ごはん さばのみそ煮 野菜の梅和え かぶの和風スープ	 フレンチトースト カレーポトフ 野菜のレモン和え	★食育の日 (郷土料理について知ろう) ★郷土料理(北海道) いかめし風ごはん 石狩汁 いももち	 チンクリームライス ひじきと 青大豆のサラダ オレンジ
23	24	25	26	27
 みそラーメン ツナサラダ にんじんマドレーヌ	★地産地消献立(東京都) ごはん のりの佃煮 小松菜入り卵焼き 塩ちゃんこ	★昔の給食献立 コッパン いちごジャム 鯨の竜田揚げ コーンサラダ ワンタンスープ	★昔の給食献立 ソフトめん ミートソース コールスローサラダ 菊花みかん	★地産地消献立(東京都) ごはん むろあじの メンチカツ 東京野菜のおろし和え 東京だんべえ汁
30	31	<div data-bbox="667 1489 1077 1646" data-label="Section-Header"> <h2>1月の行事と食べ物</h2> </div>		
 カレーライス じゃこサラダ いちご	 ごはん 手作りふりかけ 牛肉のすき焼き煮 野菜のからしあえ			

## 新年の健康や幸せを願う お正月の行事食



新しい年の始まりとなるお正月は、日本人が昔から大切にきた年中行事です。その年の豊作をもたらす「歳神様」(年神様・歳徳神・正月様ともいう)をお迎えするため、大掃除をして家を清め、門松やしめ飾りを飾り、鏡もちを供えます。そして、1年の健康や幸せを願い、家族が集まっておせち料理やお雑煮といった正月料理を食べます。正月料理の内容は地域や家庭によってさまざまですが、縁起の良い食材が使われるのが特徴です。

1日~正月  
おせち料理  
・お雑煮

地域や家庭によって内容はさまざまですが、縁起の良い食べ物が使われます。

7日 人日の節句  
七草がゆ

7種類の若菜を入れたおかゆを食べ、無病息災を願います。

11日 鏡開き  
お汁粉

歳神様へお供えていた鏡餅を小さく割り、お汁粉などにに入れて食べます。

15日 小正月  
あずきがゆ

あずきの赤い色には、悪いものを追い払う力があると信じられており、おかゆにして食べます。