

*** 札幌市の学校給食は、地産地消の推進、減塩に取り組んでいます ***

1月のよていにこんだて

《参考にしてください》

※そば、落花生、アーモンド、くるみは使用しません。



※牛乳は毎日つきます。

※果物は変更になる場合があります。

※あさり、ししゃも、わかめ、しらすなどの海産物にエビやカニなどの甲殻類が混入することがあります。

※加工食品の詳しい成分が必要な場合はお問い合わせください。

月		火		水		木 15日		金 16日	
<p>今年^{ことし}は午年^{うまどし}！ よくかんで食べよう！ 馬^{うま}は干し草^{ほしぐさ}を食べるのに、人間^{にんげん}の何倍^{ばい}もたくさんかんでいます。わたしたちも見習^{みなら}って、食事^{しょくじ}の時は一口^{ひとくち}30回^{かい}を目安^{めやす}に、よくかみましょう。</p> 		<p>地産地消^{ちさんちしょう} 地域^{ちいき}で生産^{せいさん}された農林水産物^{のうりんすいさんぶつ}を地域^{ちいき}で消費^{しょうひ}しようとする取り組み^{とりくみ}を地産地消^{ちさんちしょう}といいます。新鮮^{しんせん}でおいしい地域^{ちいき}の食材^{しょくざい}を食べましょう。</p> 				<p>きつねうどん チーズポテト パイン(かんづめ) ソフトめん 油揚げ つと 干しいたけ 長ねぎ たもぎたけ ほうれんそう /じゃが いも 上白糖 バター チーズ 牛乳 スキミミルク /パイン缶詰</p>		<p>わかめごはん みそしる あげぎょうざ ブルーベリーゼリー 米 大麦 炊き込みわかめ ごま/豆腐 こまつな えのきたけ みそ/ぎょうざ 揚げ油/ブルーベリーゼリー</p>	
19日		20日		21日		22日		23日	
<p>ごはん しらたまじる さんまのかばやき こうはくなます お正月献立</p>		<p>よこわりバンズ コーンクリームスープ イカバーグ あさりのスパゲティサラダ</p>		<p>カレーライス コールスローサラダ</p>		<p>しょうゆラーメン だいがくいも オレンジ</p>		<p>ほうれんそうピラフ とかちだいずコロッケ だいこんサラダ</p>	
白飯/白玉もち 鶏肉 凍り豆腐 にんじん ほうれんそう だいこん ごぼう 長ねぎ 干しいたけ /さんま 小麦粉 揚げ油 しょうが ごま かたくり粉/だいこん にんじん 上白糖 /		横割バンズ/ホールコーン クリームコーン ベーコン たまねぎ にんじん パセリ 小麦粉 バター サラダ油 牛乳 豆乳 スキミミルク チーズ /いかハンバーグ 揚げ油/あさり しょうが スパゲティ きゅうりにんじん サラダ油 みそ ごま油 ごま/		白飯 豚肉 じゃがいも にんじん たまねぎ セロリー りんご しょうが にんにく グリンピース サラダ油 小麦粉 カレー粉 カレールウ ケチャップ /キャベツ にんじん ホールコーン サラダ油 上白糖 /		ソフトラーメン 豚肉もも メンマ しょうが にんにく サラダ油 つと もやし たまねぎ にんじん 長ねぎ ほうれんそう くわがめ/さつまいも 揚げ油 水あめ 黒砂糖 ごま/オレンジ		米 大麦 バター ベーコン にんじん たまねぎ にんにく ホールコーン サラダ油 ほうれんそう /十勝大豆コロッケ 揚げ油/だいこん まぐろ・水煮 きゅうりにんじん ごま ごま油 /	
26日		27日		28日		29日		30日	
<p>ぶたすきどん みそしる もも(かんづめ)</p>		<p>コッペパン ポークシチュー こまつなサラダ いよかん</p>		<p>ごはん とうふとえびのフリッスに ししゃものからあげ おひたし</p>		<p>パスタクリームソース スパイシーポテト</p>		<p>とうふいりカレーピラフ たらフライ ヨーグルトあえ</p>	
白飯 豚肉 しらたき たまねぎ たけのこ たもぎたけ ほうれんそう/凍り豆腐 塩 わかめ 長ねぎ みそ/黄桃缶詰		コッペパン/豚肉もも にんにく セロリー じゃがいも にんじん たまねぎ さやいんげん 小麦粉 サラダ油 カレー粉 トマトピューレ ケチャップ トマト缶詰 デミグラスソース /ハム 緑豆はるさめ ひじき こまつな ごま油 /いよかん		白飯/豆腐 むきえび 小麦粉 揚げ油 にんじん 長ねぎ 干しいたけ グリンピース しょうが にんにく サラダ油 ケチャップ チリパウダー かたくり粉 /カラフトししゃも(子持ち) 小麦粉 かたくり粉 揚げ油 /こまつな もやし 系かつお /		ソフトパスタ ベーコン こまつな たまねぎ たもぎたけ 小麦粉 バター サラダ油 チーズ 牛乳 スキミミルク 豆乳 みそ /じゃがいも 揚げ油 カレー粉 チリパウダー /		米 大麦 バター ベーコン 焼き豆腐 にんじん たまねぎ マッシュルーム パセリ サラダ油 カレー粉/釧路産たらフライ 揚げ油/みかん缶詰 パイン缶詰 黄桃缶詰 なし缶詰 なつみかん缶詰 ヨーグルト/	

クイズ

鏡もち^{かがみ}は、なぜ「鏡」なの？

①もちの表面^{ひょうめん}が鏡^{かがみ}のようにつるつるだから

②古代^{こたい}の銅鏡^{どうきやう}に形^{かたち}が似^にているから



②古代の銅鏡の形が似ているから

誕生時代^{たんじんじだい}に使用^{しやうじよう}されていた円形^{えんけい}の銅鏡^{どうきやう}の形^{かたち}に由来^{よらい}する説^{せつ}や、心臓^{しんざう}を象徴^{しやうてい}化したもの^{もの}に由来^{よらい}する説^{せつ}がある

©少年写真新聞社2025