


# ランチタイム 1月

令和6年(2024年)12月25日 発行

札幌市立前田小学校

札幌市立手稲中央小学校

月	火	水	木	金
		<b>15 始業式</b>	<b>16</b>	<b>17</b>
		豆腐入りカレーピラフ 野菜コロッケ フルーツミックス (汁あり)	コッペパン コーンシチュー 日本海産ホッケフライ 切り干し大根の サラダ	ハヤシライス コールスローサラダ
		胚芽精米、米粒麦、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/ポテトコロッケ、揚げ油/みかん缶詰、パイン缶詰、りんご缶詰、黄桃缶詰、なし缶詰	コッペパン/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、じゃがいも、パセリ、薄力粉、バター、スキムミルク、チーズ、牛乳、豆乳、鶏がらスープ/日本海産ホッケフライ、揚げ油/切り干し大根、まぐろ水煮、にんじん、もやし、きゅうり、白ごま	白飯、豚肉肩、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、セロリ、しょうが、にんにく、マッシュルーム、パセリ、薄力粉、トマトピューレ、トマト缶詰、デミグラスソース、鶏がらスープ/キャベツ、にんじん、ホールコーン
<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24 西区産大根菜</b>
カレーうどん 青のりポテト いよかん	鶏ごぼうごはん 味噌汁 (じゃがいも・わかめ) ぶりの味噌照り焼き	ごはん スンドゥブチゲ ひじき入りぎょうざ ナムル	黒コッペパン ベーコンシチュー あさりのサラダ いよかん <b>前田小 5・6年生 スキー</b>	豚丼 味噌汁 (大根菜・油揚げ) ごま和え
ソフトめん、鶏肉むね、油揚げ、にんじん、たまねぎ、たけのこ、ごぼう、干しいたけ、ほうれんそう、たまぎたけ、長ねぎ、薄力粉、カレールウ、むろあじ、昆布/フレンチポテト、揚げ油、青のり/いよかん	胚芽精米、米粒麦、鶏ももひき肉、焼き豆腐、しょうが、ごぼう、にんじん、油揚げ、白ごま/じゃがいも、塩わかめ、長ねぎ、むろあじ、昆布/ぶり切り身、薄力粉、かたくり粉、揚げ油、しょうが、白ごま、かたくり粉	白飯/木綿豆腐、豚肉肩、しょうが、にんにく、あさり、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、にら、鳥がら、昆布、煮干し/ひじき入りぎょうざ、揚げ油/こまつな、もやし、にんじん、白ごま	黒コッペパン/ベーコン、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、パセリ、薄力粉、バター、牛乳、豆乳、チーズ、スキムミルク、鶏がらスープ/あさり、しょうが、きゅうり、キャベツ、にんじん、白ごま/いよかん	白飯、豚肉肩ロース、薄力粉、かたくり粉、揚げ油、しょうが、かたくり粉、グリーンピース/葉だいこん、油揚げ、むろあじ、昆布/こまつな、もやし、白すりごま
<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>
芦別ガタタンラーメン フレンチポテト パイン	コーンピラフ 厚揚げサラダ フルーツサワー	ごはん マーボー豆腐 いかフライ 磯和え	角食 白菜と肉ボールの クリーム煮 メンチカツ いちごジャム	厚揚げ入り肉炒め丼 おひたし いよかん <b>前田小 3・4年、やまびこ スキー</b>
ソフトラーメン、豚肉肩、全卵、むきえび、たんざくいか、ペビーほたて、ほうれんそう、たまねぎ、にんじん、はくさい、焼き竹輪、わらび、黒きくらげ、長ねぎ、しょうが、にんにく、かたくり粉、鳥がら、豚骨、昆布、煮干し/フレンチポテト、揚げ油/パイン缶詰	胚芽精米、米粒麦、バター、ベーコン、たまねぎ、にんじん、ホールコーン、マッシュルーム、パセリ/厚揚げ、しょうが、かたくり粉、薄力粉、揚げ油、キャベツ、きゅうり、にんじん、白ごま/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	白飯/木綿豆腐、豚肉ひき肉、しょうが、にんにく、にんじん、長ねぎ、干しいたけ、かたくり粉/イカフライ、揚げ油/こまつな、もやし、切りのり	角食/豚ももひき肉、すりみ、焼き豆腐、たまねぎ、かたくり粉、はくさい、にんじん、マッシュルーム、パセリ、薄力粉、バター、チーズ、スキムミルク、牛乳、豆乳、鶏がらスープ/メンチカツ、揚げ油/いちごジャム	白飯、豚肉肩、メンマ、にんじん、もやし、こまつな、厚揚げ、かたくり粉、揚げ油、たまねぎ、りんご、しょうが、にんにく、かたくり粉、白ごま/ほうれんそう、はくさい、糸かつお/いよかん

☆牛乳(200ml)は毎日つきます。☆くだものは天候や流通の関係で変更になることがあります。

☆わかめなどの海藻類やしらす干しなどには、小さなカニやエビが混入していることがあります。

☆メニュー下段は使用する食材です。調味料は記載していません。

# もういくつ寝るとお正月～♪



もうすぐお正月ですね。みなさんのご家庭ではお正月に何を食べますか？

各家庭の定番があると思います。今回は「北海道の年越し・お正月料理」

として伝えられている食文化を紹介します。

**もちつき** お正月の年としがみ神様を迎えるために用意するもちは、かつてはつく量も

種類も多く一家総出で1日がかりの行事でした。「あんこもち」をはじめ

お供え用の「鏡もち」、雑煮用の「のしもち」、黒豆を加えた「豆もち」、

よもぎを入れた「よもぎもち」など多種類のもちを作りました。

現在は便利なパック入りのおもちが出回るようになりましたね。



## おせち料理はいつ食べる？

多くの家庭が元日から三が日にかけて食べていますが北海道では

12月31日の大晦日におせち料理を食べる家が多いといわれています。

それは旧暦の頃は日暮れが1日の始まりだったため、大晦日の年取り膳を1年の始まりにごちそうをい

ただくという伝統的な習わしになったようです。現在は元旦に食べる地域も見られます。

## 北海道の郷土料理

### いずし

魚と野菜を米麴に漬けて、乳酸発酵させたすしです。主に北海道から東北地方の気温が低い、沿岸部の地域に伝わる郷土料理で地域によって作り方が微妙に異なるのも特徴です。ホッケやサケ、ハタハタニシン、サンマなど北海道でとれるさまざまな魚が用いられます。

### くじら汁

道南地域の正月に欠かせない料理です。正月が近づくと、大鍋に塩くじらと野菜を煮こんでつくり、正月の三が日に食べる習わしがあります。何度も温め直して食べるため、一緒に入れる野菜は煮崩れない食材が使われます。一部の地域では「くじな汁」とも呼ばれています。

### 口取り菓子

北海道と青森県の一部の地域特有のものに、タイやえびの形に似せた色鮮やかな口取り菓子がありません。甘いものが豊富でなかった時代には、貴重なお菓子でした。最近は少しずつその影が薄くなりつつありますが、今もお正月の縁起物として店頭に並んでいます。