

	月	火	水	木	金
日 主食 主菜 副菜	2024年 令和6年 あたら とし むか 明けておめでとうございます 新しい年を迎えました。今年はどうな1年にしたいでしょうか？ まだまだ寒い日が続く、体調を崩しやすい時期ですが、みなさんが毎日健康で元気に学校生活を送れるようにおいしい給食作りに調理員さん達と取り組んでいきたいと思います。今年もよろしくお願いいたします。 HAPPY NEW YEAR! 2024				5 給食はありません 11:40下校 
一 口 メモ					
日 主食 主菜 副菜	8 成人の日 	9 お弁当持参の日 給食はありません お弁当を持ってきましょう 	10 麦入りごはん マーボー豆腐 紅白なます 田作り 	11 麦入りごはん 松風焼き わかめのおひたし 鏡開き汁 	12 麦入りごはん のりの佃煮 福袋 さつま汁 みかん
一 口 メモ			紅白なます 今日から給食が始まります。給食の準備はしっかりできましたか？お祝いの紅と白の組み合わせには平和・平安を願う心が込められています。	鏡開き 1月11日は鏡開きです。鏡開きとはお正月にお供えたものを食べ、健康をお祈りする風習です。給食では鏡もちの代わりに白玉団子を入れています。	福袋 油揚げの中にとり肉、しらたき、野菜、うずらのたまごを入れ、だし汁で煮ます。調理員さんたちが一つ一つ心を込めて作ってくれます。感謝して食べましょう！
日 主食 主菜 副菜	15 麦入りごはん 冬野菜カレー れんこんサラダ 手作りオレンジゼリー	16 だいこんごはん さばのごま焼き キャベツのからしあえ みそ汁 	17 麦入りごはん タッカンジョン アーモンドあえ はくさいスープ	18 うどん 和風つけ汁 さつまいもの天ぷら おひたし 	19 函南トマトの ピザトースト 野菜スープ ヨーグルトあえ
一 口 メモ	冬野菜カレー 冬野菜カレーにはたまねぎ、にんじん、じゃがいものほかにかぶ、さつまいもを使っています。大きな釜を使ってじっくり煮込みながら作っています。	さば 数をこまかして実際の数より多く見積もることを「サバを読む」と言います。さばはたくさんとれるため、おおさばに数を数えるという説もあります。	5年生リクエスト 今日は5年生のリクエスト給食です。5年生が一番多かったのはタッカンジョンでした。タッカンジョンは韓国で人気のB級グルメの一つで甘いタレがかかったから揚げです。	さつまいも さつまいもにはでんぷんの他に野菜と同じようにビタミンC、カリウム、食物せんいが多く含まれています。食物せんいはおなかの調子を整えてくれる働きがあります。	ヨーグルト ヨーグルトは牛やヤギ、羊などの乳を乳酸菌（にゅうさんきん）で発酵（はっこう）させ、やわらかく固めたものです。牛乳よりも消化・吸収が良く、カルシウムも多く含まれています。
日 主食 主菜 副菜	22 わかめごはん 揚げじゃがいもの そばろ煮 はくさいのおかかあえ みかん	23 ソフトめん 函南トマトの ミートソース 洋風ごまあえ 	1月24日～1月30日 全国学校給食週間		
一 口 メモ	みかん みかんにはかぜを予防したり、疲れをとったりする働きがあります。果肉だけでなく、すじや皮、種にもいろいろな栄養があるのですじも取らずに食べてみてください。	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。この期間中は静岡県産の食材や郷土料理などを出します。今日は函南産のトマトを使ってミートソースを作ります。	たまご/ごはん 給食で使っているたまごは伊豆市で作られています。今日は伊豆市産のたまごをたくさん使って親子煮にしました。また、給食のごはんは地元で作られたお米を給食室で炊いています。	あじのパリパリ揚げ 今日のあじは沼津市で干物に作られています。パリパリ揚げは骨まで食べられるようにじっくり揚げられています。骨まで食べるとカルシウムが多くなります。骨までパリパリと食べてみましょう。	ふるさと給食 静岡県はお茶が有名です。今日はごはんにお茶を使っています。静岡おでんは魚粉をかけて食べるのが特徴の郷土料理です。いちごは三島函南産の紅ほっぺです。
日 主食 主菜 副菜	29 食パン みかんジャム 丹那牛乳と三島市産 さつまいものシチュー コールスローサラダ 	30 さくらごはん とりのみそ焼き もやしとコーンのおひたし 函南おざく	31 麦入りごはん つくねの照り焼き ツナとわかめのあえもの みそ汁	手洗い達人 今年のはつ年！ 給食の“たっ”を目標そう 盛り付け達人 よい姿勢達人 後片付け達人 お皿ピカピカ達人     	
一 口 メモ	丹那牛乳/さつまいも 函南町のおいしい丹那牛乳をたくさん使って調理員さんたちがホワイトルウから手作りで作ってくれています。さつまいもは三島甘藷を使っています。	さくらごはん/函南おざく さくらごはんは静岡県の郷土料理の一つで見た目がさくら色に見えることから名前がついたと言われています。おざくは函南町の郷土料理で野菜をザクザク切ることから名前がついたそうです。	つくね つくねはこねて丸めるという意味をもつ、捏ねる（つくねる）からできた言葉だそうです。調味料やつなぎを加えた生地を調理員さんたちが一つ一つ成形して作ってくれます。		