

2023 1月の給食だよ

新年あけましておめでとうございます。今年も健康で充実した一年にしたいですね。
子どもたちの健康な身体づくりのために、おいしく栄養のある給食を心をこめて作ります。



小松市教育委員会
(小松市学校給食会)

感謝して食べよう



1月24日～30日は 全国学校給食週間 です

給食週間は、給食に関わる人や食べ物に「感謝」することの大切さを学び、給食について理解を深める週間です。全国学校給食週間では、石川県の郷土料理や食文化、地場産物を取り入れた給食を提供します。

給食ができるまでに、たくさんの人が関わっています

●田んぼや畑、海、牧場で働く人



米や野菜を作ったり、魚をとったり、牛や豚、にわとりを育ててくれています。



●食べ物を運ぶ人

給食で使う食品などを学校まで運んでくれる運転手さん。



●お店の人

よい食材を選んで、注文に応じて朝、学校まで届けてくれます。



●給食をつくる人

給食の献立を考える栄養士の先生や、おいしい給食を作ってくれる調理員さん。



●準備をする人

給食当番の人が、クラスみんなの給食を配食してくれます。



給食週間特別献立

《ルビーロマン》

石川県オリジナルぶどう品種のルビーロマン。巨峰の2倍の粒に成長する国内品種最大級の粒の大きさがあります。酸味が少なく、甘くて果汁たっぷりのおいしいぶどうです。

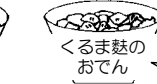
ゆかり和え
ルビーロマンゼリー



メギス天ぷら



ひじきごはん



くるま麴のおでん



《メギス》

9月から翌6月まで、底びき網で水揚げされる20cm程の細長い魚。石川県はメギスの漁獲量全国トップを誇ります。

《くるま麴》

車輪のように見えることから、その名がついた「くるま麴」は、金沢に昔から伝わる麴。だしを含みやすく適度な弾力もあるので、炊き合わせやおでん、卵などに向いています。

☆給食週間中は石川県の郷土料理や地場産物を多く取り入れています☆



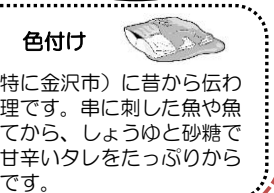
小松市
トマト
にんじん
小松菜



金沢市
加賀れんこん



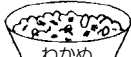
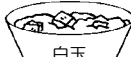
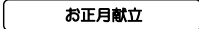
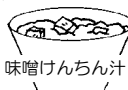
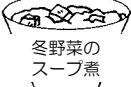
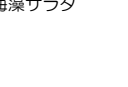
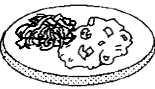
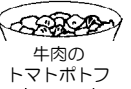
能美市
加賀丸いも
加賀市
ブロッコリー



色付け
石川県（特に金沢市）に昔から伝わる郷土料理です。串に刺した魚や魚介を焼いてから、しょうゆと砂糖で煮詰めた甘辛いタレをたっぷりからめた料理です。

1 月 分 給 食 献 立 も り つ け 表

小松市教育委員会
(小松市学校給食会)

4ブロック 月	中学校	火	水	木	金
9日 成人の日 	10日 炒めなます   ぶり照り焼き   わかめごはん 白玉雑煮 	11日 おひたし   コロケ 味噌けんちん汁  	12日 チーズ 2個    豚肉のソースマリネ キャロットパン   冬野菜のスープ煮	13日 小松菜と卵のごま和え   さつまあげの三味焼き 2個 ごはん 江戸っ子煮  	
16日 ヨーグルト ミートスパゲティ (パンざら)    バターロール (おかずざら) たまごと野菜のサラダ  	17日 ナムル   えびシューマイ 3個 ごはん 麻婆豆腐  	18日 りんご   カレーライス 海藻サラダ  	19日   鶏肉のマーマレードからめ ミルクロール ポテトスープ  	20日 れんこんきんぴら   あじのから揚げ ごはん 豚汁  	
23日 こんにゃくのピリ辛   かき揚げ ごはん カブッキーのかまぼこ 1枚のせる 小松うどん (かやく)  	24日 れんこんサラダ   バターロール 牛乳のトマトポトフ   ごはん	25日 ゆかり和え ルビーロマンゼリー   メギス天ぷら 2個 くるま麴のおでん ひじきごはん   	26日 小松菜のソテー   煮込みハンバーグ ミルクロール 人参ポタージュ  	27日 ブロッコリーのごま和え   さばの色づけ ごはん 丸いもとなめこの味噌汁  	
30日 青のり小魚 焼き肉 ごはん かきたま汁    	31日 ごま酢和え   春巻き ごはん 味噌ラーメン  	1月24日～30日は全国学校給食週間 です。 24日～27日は小松市 や石川県でとれた食べ物が使われています。 今月の目標 感謝して食べよう			～感謝して食べよう～ ●作ってくれている人への感謝 ●命をいただいていることへの感謝 ●お家の人への感謝 ●毎日食べ物をいただけることへの感謝