

1月 給食だより

令和8年1月
舟橋村立舟橋小学校

あけましておめでとうございます 午

ふゆやす お がつき はじ むかし いちがつい に がつに さんがつさ
冬休みが終わり、いよいよ3学期が始まりました。昔から「一月往ぬる二月逃げる三月去る」といわれてきたように、年度末に向けて月日が流れるのを早く感じる時期です。風邪やインフルエンザの流行も心配ですね。体調管理にはより一層気を付けて、1日1日を大切に過ごしてほしいと思います。



ことし どし
今年はうま年!



とし だま
お年玉はもちだった!?

お正月は、普段より日本文化を感じる機会が多かったお年玉。新年を祝って、大人から子供へお小遣いを渡す風習です。もともとは、お正月の「歳神様（年神様）」にお供えした「もち」を、歳神様から贈り物として分け与えたことが始まりとされ、「年玉」とは「歳神様の魂」を意味します。



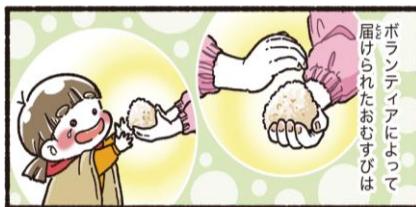
1月11日は鏡開き



かがみ ちい わ しるこ い むびようそくさい
鏡もちを小さく割ってお汁粉などに入れ、無病息災を
願って食べる行事です。もちを小さくするのに、包丁など刃物を使うのは
武士の「切腹」を連想させるため縁起が悪いとされ、木づちや手で割ります。
また、「割る」ではなく「開く」という縁起のよい言葉が使われます。

ひ
おむすびの日

1月17日は
おむすびの日



ならびかえクイズ

みかん よん メロン ん ブルーベリー え スイカ す いちご い りんご ば

ことば
言葉のならびかえクイズです。
ヒントを見て順番にならべると、食べ物
に関する言葉になります。

ヒント
小さい順にならべよう！

答え ぐくくくく

たもの たいせつ
食べ物の大切さと、みんなで
ささあこころまなひ
支え合う心を学ぶ日にしましょう。

1月こんだてひょう

※木の実類、ピーナッツ、そば、たらこ、いくら、キウイフルーツは給食に出ません。

舟橋村立舟橋小学校

| | 主食 | 牛乳 | こんだて | 使用している食品 | | | | | |
|------------------------------------|-----------------------|----|--|---------------------------|------------------------------------|---------------------------------|--|--|--|
| | | | | 【赤】血や肉や骨をつくる 1群 | 【緑】体の調子を整える 2群 | 【青】 | 【黄】熱や力になる 5群 | 【青】 | 【黄】熱や力になる 6群 |
| 8 木 | ごはん | ○ | さわらのかばやき のりあえ こうはくじる | さわら どうにゅう うすあげ かまぼこ | ぎゅうにゅう のり | こまつな にんじん | はくさい えのきたけ ねぎ ほししいたけ | ごはん さとう でんぶん もちごめ みずあめ | あぶら |
| 9 金 | ごはん | ○ | ぶたにくのしょうがやき そえやさい ごまけんちん | ぶたにく | ぎゅうにゅう あつあげ | プロッコリー にんじん | たまねぎ キャベツ しょうが ねぎ だいこん ごぼう | ごはん さとう さといも こんにゃく | ごま あぶら |
| 12 月 | | | せいじんのひ | | | | | | |
| 13 火 | キムタク ごはん | ○ | あげしゅうまい ナムル たまごスープ | ヨーグルト | ぶたにく とうふ たまご さつまあげ | ぎゅうにゅう ヨーグルト | はねぎ にら にんじん チンゲンサイ | はくさいキムチ たくあん しょうが もやし りんご たまねぎ えのきたけ にんにく | ごはん さとう こむぎこ でんぶん |
| 14 水 | ごはん | ○ | さかなのあまからあげ はなやさいサラダ はくさいなべ | | ホキ もめんどうふ ぶたにく | ぎゅうにゅう ブロッコリー にんじん | カリフラワー えのきたけ ねぎ しいたけ | はくさい | ごはん でんぶん さとう こんにゃく |
| 15 木 | ごはん | ○ | にしんのてりやき コーンあえ おでん | | みそ あかもそ がんもどき あつあげ にしん | ぎゅうにゅう こんぶ | フリルレタス にんじん | しょうが きくらげ キャベツ とうもろこし だいこん | ごはん でんぶん さといも さとう こんにゃく |
| 16 金 | コッペパン | ○ | にくだんごのあますあん かいそうサラダ クリームシチュー | | とりにく たいすこ なまクリーム ベーコン | ぎゅうにゅう わかめ | チンゲンサイ にんじん | きゅうり だいこん たまねぎ しめじ | コッペパン さとう パンこ じゃがいも でんぶん ごま |
| 19 月 | ごはん | ○ | きひなごのカリカリフライ だいこんサラダ マーボーどうふ | | とうふ だいすこ あかもそ ぶたひにく | ぎゅうにゅう きひなご | にんじん | ねぎ だいこん きゅうり ほししいたけ たけのこ しょうが にんにく | ごはん みずあめ さとう ジャガイモ でんぶん パンこ あぶら |
| 20 火 | ごはん | ○ | ハンバーグケチャップソースかけ かぶのサラダ ポトフ | | ぶたにく とりにく だいすこ ウインナー | ぎゅうにゅう かぶのは にんじん | かぶ | たまねぎ キャベツ | ごはん さとう でんぶん じゃがいも ラード |
| 21 水 | ごはん | ○ | とりにくとさといものごまからめ ひじきあえ だんごじる | | とりにく ぶたにく みそ だいすこ | ぎゅうにゅう ひじき | しそ こまつな にんじん | しょうが たまねぎ にんにく キャベツ とうもろこし ごぼう しめじ ねぎ | ごはん さとう でんぶん さといも ラード |
| 22 木 | ごはん | ○ | たまごやき はりはりあえ ちゃんこなべ | ふりかけ | すりみ いわしさば あつあげ だいすこ とりにく たまご | ぎゅうにゅう のり あおのり | かぼちゃ こまつな にんじん | キャベツ きりほしだいこん えのきたけ ねぎ ほししいたけ はくさい | ごはん さとう でんぶん ジャガイモ こんにゃく みずあめ ごま |
| 23 金 | むぎいり ごはん | ○ | しろみざかなフライ フレンチサラダ ハヤシライス | | ホキ ぶたにく | ぎゅうにゅう チーズ | フリルレタス ブロッコリー にんじん | トマト レモン はくさい きゅうり たまねぎ エリンギ | ごはん むぎ さとう パンこ こむぎこ じゃがいも でんぶん ドレッシング |
| 全国学校給食週間「世代を超えて受け継ごう！100年フード～第2弾～」 | | | | | | | | | |
| ★マーク：100年フード ななめ文字：ご当地メニュー | | | | | | | | | |
| 26 月 | 佐賀県 | | ★シシリアンライス ムース | | | | | | |
| | ★ごはん ★シシリアン ライス | ○ | ★にくいため ★ゆでやさい ★ごくろマヨネーズ えびだんごスープ ムース | | ぶたにく えび すりみ うすあげ | ぎゅうにゅう だっしゅんにゅう | にんじん | ににく しょうが きゅうり キャベツ とうもろこし たまねぎ はくさい ねぎ | ごはん さとう みずあめ でんぶん |
| 27 火 | 北海道 | | ★ガタタン ザンギ | | | | | | |
| | ごはん | ○ | ザンギ こんぶあえ ★ガタタン | | たまご とりにく なると ぶたにく | ぎゅうにゅう こんぶ | こまつな にんじん | しょうが ににく キャベツ ほししいたけ たけのこ たまねぎ はくさい | ごはん こむぎこ でんぶん あぶら |
| 28 水 | 奈良県 | | ★あすかなべ | | | | | | |
| | ごはん | ○ | さかないとだいすのあげからめ ゆかりあえ ★あすかなべ | | たら だいす しろみそ もめんどうふ | ぎゅうにゅう あかじそ にんじん | きゅうり キャベツ ねぎ ほししいたけ ごぼう はくさい | ごはん さとう でんぶん はるさめ | あぶら |
| 29 木 | 岡山県 | | ★そりなべ ひるぜんおこわ | | | | | | |
| | ひるぜん おこわ | ○ | さばのみそに おひたし ★そりなべ | | とうふ さば とりにく みそ ぎゅうにく | ぎゅうにゅう こまつな にんじん | ほししいたけ ごぼう もやし たけのこ えのきだけ ねぎ だいこん はくさい しめじ | ごはん もちごめ こんにゃく さとう でんぶん | |
| 30 金 | 長野県 | | ★ローメン | | | | | | |
| | こがたパン | ○ | はるまき プロッコリーのごまだれ ★ローメン | | ぶたにく | ぎゅうにゅう ひじき プロッコリー にんじん | はくさい しょうが キャベツ もやし ねぎ ににく たまねぎ | パン でんぶん こむぎこ さとう はるさめ ちゅうかめん みずあめ | あぶら ごま こまあぶら |
| 31 土 | ごはん | ○ | メンチカツ なっとうあえ ちゅうかスープ | | とうふ だいすこ なっとう ぶたにく ベーコン | ぎゅうにゅう フリルレタス にんじん | のざわな きゅうり たくあん たまねぎ | ごはん パンこ さとう こむぎこ でんぶん | あぶら |

※ 学校の行事等や作物の収穫状況によってこんだてを変更することがありますのでご了承ください。

れいわ ねんど せんこくがっこうきゅうしゅゆうかん
令和7年度 全国学校給食週間 26日(月)～30日(金)
せだい こ う づ に に きん
テーマ：「世代を超えて受け継ごう！100年フード～第2弾～」

ねん かくちいき せだい こ た りょうり みらい たいせつ のこ もくひょう
100年フードとは、各地域で世代を超えて食べられてきた料理のことで、未来まで大切に残すことを目標としています。
こんねんど きゅうしょくしゅうかん きがけん ながのけん ならけん おかやまん ほっかいどう ねん とうじょう
今年度の給食週間では、佐賀県、長野県、奈良県、岡山県、北海道の100年フードが登場します。

