



☆朝ごはんをしっかり食べましたか？  
～朝食を食べて 頭も体もしゃきっと～



# 1月のこんだてひょう



令和5年1月 伊根小学校

月	火	水	木	金
<div style="border: 2px solid orange; padding: 10px; text-align: center;"> <p>おせち料理について、 裏面にのせています。 ぜひご覧ください♪</p> </div>	<b>10 3学期の給食スタート！</b> ハヤシライス（麦ごはん） キャベツのマヨサラダ  3色ラスク （レモン・きな粉・まっ茶）	<b>11</b> ごはん 魚のからあげ ねぎソースかけ きんときまめ あまに 金時豆の甘煮 みそ汁  りんご	<b>12 ★お正月こんだて①</b> げんりょう 減量ごはん まつかぜ や 松風焼き  こうはく 紅白なます たづく 田作り  みそ雑煮  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">いーねランチ♪</div>	<b>13 ★お正月こんだて②</b> くらまい ま 黒米の巻きずし  さかな て 魚の照り焼き キャベツとわかめの酢の物 すまし汁 みかん
	<b>16 ★小正月こんだて</b> あずき 小豆がゆ  かいうん 開運！おみくじバーク ひじきの土佐和え  けんちんうどん	<b>17</b> ごはん だいず 大豆とじゃこのかき揚げ き ほ だいこん 切り干し大根のしょうが酢和え にく 肉じゃが	<b>18</b> ごはん だいこん あぶらあ にもの 大根と油揚げの煮物 はくさい そくせきづ 白菜の即席漬  そぼろ茶わん蒸し りんごとさつまいものデザート	<b>19</b> ちゅうか 中華どんぶり（麦ごはん） はるさめ 春雨とみかんのサラダ ちゅうか 中華スープ ミルクもち きな粉がけ
<b>1月24日から27日は、給食旬間献立！！～世界の味めぐり～</b>				
<b>23 【フィンランド】</b>  ごはん ミートボール  バイクドポテト シエニ・ケイト（スープ） くだもの	<b>24 【大韓民国】</b>  ビビンバ キャベツとわかめの酢の物 さわけたんふう 参鶏湯風スープ 	<b>25 【アメリカ】</b>  ごはん ナゲット みずな 水菜とりんごのサラダ  クラムチャウダー	<b>26 【インド】</b>  ビリヤニ タンドリーチキン コールスローサラダ  コンソメスープ	<b>27 【タイ王国】</b>  カオマンガイ シャキシヤキ野菜炒め ゲーンチュートタオファー（スープ） 
<b>30</b> ごはん  あつあ 厚揚げのねぎみそ焼き だいこん あますあ 大根の甘酢和え じゃがいもしらたき にもの と白滝の煮物 つくだ煮	<b>31</b> ちゅうか 中華風蒸しおこわ  さかな つつ や 魚の包み焼き ほうれん草のナムル コーンクリームスープ	<b>★伊根のお雑煮</b>  がんじつ あさ しょうがつ いわ そうに おな いねちょうない 元日の朝にお正月を祝うお雑煮。同じ伊根町内でもいろいろなものが あります。伊根地区は、 <b>丸もちだけのみそ雑煮</b> 。朝妻地区の泊や新井は、 <b>みそ雑煮に岩のい</b> が入ります。 そして蒲入では、 <b>すまし雑煮に岩のい</b> が入ります。その他の地域は、 <b>野菜の入ったみそ雑煮</b> です。今では いろいろなものが手に入るようになり、昔から伝わる地域の雑煮もその家々で様々に形を変えているようです。		

給食でもお正月料理で新年をお祝いします  
2023年もよい年になりますように・・・

\*献立内容は、学校行事、物資購入などの都合により、変更することがあります。ご了承ください。  
\*毎日、牛乳（200ml）がつきます。



# しょうがつりょうり ゆらい お正月料理の由来や、いわれを知っていますか？

昔は、3月3日や5月5日のような節句の料理を「おせち」とよんでいましたが、現在はごちそうの多いお正月のお祝い料理のことを「おせち」といいます。毎日家事にいそがしいおうちの人や、せめてお正月の3日間ぐらひは料理をしなくてもいいようにと、それぞれの料理に**新しい年に向けての願い**を込めた、**保存のきく料理**を作りました。おせち料理は、住んでいるところや家庭によって、作る料理、お重への詰め方、お重の数もちがいます。みなさんのおうちは、どんな料理がならびますか？

## 【田作り】

昔はいわしを田んぼの肥料にすると、お米がたくさんとれたことから、お米の豊作を祈るという意味。



## 【えび】

えびのように「腰が曲がるまで長生きできますように」という意味。



## 【くりきんとん】

黄金の小判をあらわす。お金がたまりますようにという意味。



## 【数の子】

卵の数が多いことから、子どもがたくさん生まれますようにという意味。



## 【煮しめ】

いくつかの野菜をいっしょに煮ることから、家族が仲よく結ばれますようにという意味。



## 【伊達巻き】

巻いた形が、書物などの巻物に似ていることから「文化」をあらわす。



## 【紅白かまぼこ・紅白なます】

赤はめでたさ、白は清らかさをあらわす。



## 【こぶ巻き】

「よろこぶ」を「こんぶ」とかけ、「よろこんぶ」という意味。



## 【黒豆】

まめに働き、健康に暮らせますようにという意味。



## 【すばす (酢れんこん)】

先の見通しがよいという意味。

