



1 月 給 食 ひ と く ち メ モ (中)

月	火	水	木	金
		7	8	9
		新年最初の給食は、人気メニューのマーボー豆腐です！焼売やフルーツポンチもしっかり食べて午後も元気に過ごしましょう！	豆腐グラタンは、豆腐と白身魚のタラを使って作られています。タラは冬が旬の魚で、たんぱくな味わいなので濃厚なホワイトソースとよく合います。	菜雑煮は、大根や小松菜、かぶなどの菜っ葉がたっぷり入ったお雑煮です。煮込み餅は通常の餅と違い歯切れは良いですが、しっかり噛んで食べましょう。
12	13	14	15	16
成人の日	さばカレー焼きは、カレーのスパイシーな風味が食欲をそそります。さばには、頭の働きをよくするDHAが多く含まれているので、しっかり食べて午後の授業がはかどるようにしましょう。	白いんげん豆は、食物繊維が豊富に含まれています。白いんげん豆はくせもなく、食べやすいのでポテトサラダに混ぜても気にならず美味しく食べられます。	コッペパンに焼きそばと目玉焼きをはさんで、自分で焼きそばパンを作って食べましょう。パンをシチューにつけても美味しいですよ。	銚子市は、大根の作付け面積が広く、全国トップクラスの生産量を誇ります。今日は、銚子市でとれた美味しい大根をたっぷり使ったマーボー大根です。地元の恵みを味わいましょう。
19	20	21	22	23
シルバーは、「銀ヒラス」とも呼ばれており、実は高級なお魚です。今日の給食のように、甘めのみそで漬けた味勝漬はバツグンに美味しいですよ。	今日は中華メニューです。塩ラーメン風スープは、中華麺の代わりに春雨を使用しています。美味しいスープを吸った春雨は美味しいですよ。	手作り人参ケーキは、給食センターで手作りしています。人参をまるごと使用しているので、食物繊維やβ-カロテンが摂取できます。	黒糖パンは、黒糖の風味が感じられる、優しい甘さのパンです。メープルジャムをつけるとさらに美味しくなりますよ。	肉じゃがは、明治時代にある軍人がイギリス留学中に食べたビーフシチューの味が忘れられず、日本海軍の料理人が醤油や砂糖で再現しようと試行錯誤した結果生まれた料理が元になっていると言われています。
26	27	28	29	30
志澤豚は、お米を使用した固形飼料と消化にやさしい液体飼料を食べて育った豚です。液体飼料は、食品未利用資源などの本来は人間が食べられるけど利用されなかった食品を利用して作られているため、SDGsに貢献しています。	今日のおかずは、銚子東洋株式会社様の職人さんたちが、原料の銀鮭や塩にもこだわりをもって作られた塩鮭です。ご飯との相性もバツグンの美味しい鮭です。鮭などの魚には骨があるので、よく噛んで食べましょう。	今日のご飯は「粒すけ」です！粒すけは、千葉県が開発した大粒のお米で、「自分の子どものように愛着をもってもらいたい」との思いから名づけられたそうです。	豆とさつま芋のサラダは、さつま芋の甘みが、チーズやハムの塩気とよく合うサラダです。また、ひよこ豆のホクホク食感とスライスアーモンドの食感が楽しめます。	コールスローサラダは、チキンで有名なお店のサラダの味を再現しています。

24～30日は全国学校給食週間です

日本での学校給食は、明治22年(1889年)に山形県の小学校で、おにぎりと塩鮭、漬物を提供したのが始まりです。その後戦争より給食が一時的に中止となり、戦後は、昭和22年(1947年)12月24日再開されました。後に再開された日を記念日としましたが、通常は冬休みに入るため、1ヵ月後の1月24日からの1週間が「全国学校給食週間」になりました。学校給食週間中は、地産地消メニューや、美味しい銀鮭、無償提供していただいた「粒すけ」や「志澤豚」などを使ったメニューが盛りだくさんなので、楽しみにしててください！