

令和6年1月分(Bグループ)

学校給食予定献立表

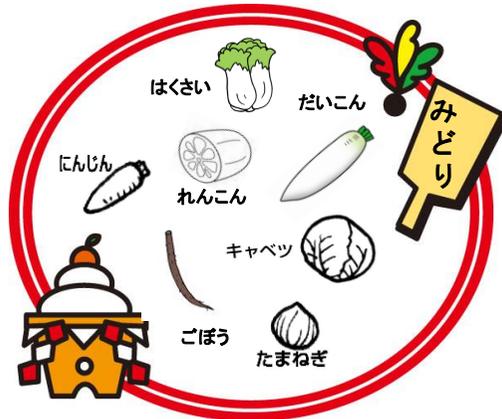
えいようさんしょく 栄養三色 食べ物ははたらきによって3つのなかに分けられます。



ねつやエネルギーのもとになる



からだをつくる



からだのちょうしをととのえる

＜おせち料理に込められた意味や願い＞

「おせち料理」はお正月に食べるお祝いの料理です。「めでたさを重ねる」という意味で、料理ごとに重箱につめます。おせち料理には、それぞれ新しい年への願いが込められています。

- 数の子 (子孫に恵まれ、繁栄することを願います)
黒豆 (まめに(健康に)暮らせますようにという願いが込められています)
えび (腰が曲がるまで長生きすることを願います)
鯛 (めでたいの語呂にあわせ、新しい年をお祝いします)
田作り (田畑が豊かに実ることを願います。材料になるイワシは昔、田畑の肥料として使われていました)
12日(金)はお正月献立です。



ぞう煮 (ぞう煮は、地域や家庭によって食材や味つけ、もちの形などがさまざまです。関西では、「円満」の意味を持つ縁起物の丸もちが、関東では、手早く数多く作れる角もちがよく使われるそうです。さらに汁も、関西風は、白みそ仕立て、関東風は、すまし汁が多いようです。みなさんのご家庭では、どんなぞう煮を食べていますか。)

Table with 4 columns for days 9, 10, 11, and 12. Each column lists menu items (e.g., ごはん, 牛乳, コップパン) and their nutritional values (kcal, protein, etc.).

Table for 15th (月) with columns for 食パン and 牛乳, listing items like レタスのスープ and ポテトサラダ with nutritional values.

Table for 16th (火) with columns for 10g減量ごはん and 牛乳, listing items like かやくうどん and ふたにくとキャベツのいためもの.

Table for 17th (水) with columns for ごはん and 牛乳, listing items like おでん and はくさいのごまあえ.

Table for 18th (木) with columns for 練乳ツイストパン and 牛乳, listing items like クリームスープ and ほうれんそうのサラダ.

Table for 19th (金) with columns for ごはん and 牛乳, listing items like ふたじる and けいにくのみぞれかけ.

Table for 19th (金) with columns for ごはん and 牛乳, listing items like ふたじる and かつおのふりかけ.

学校給食予定献立表

令和6年1月分(Bグループ)

Table with columns for dates 22日(月) through 26日(金). Each date has a menu with items like コッペパン, 牛乳, ごはん, and their respective quantities and colors.

Table with columns for dates 29日(月) through 31日(水). Includes a large orange banner for '学校給食週間' (School Lunch Week) with text about the reopening of school lunches and a table of nutritional values for the week.

冬やさいを食べよう (Eat Winter Vegetables). Promotes eating winter vegetables like hakusai and daikon, highlighting their nutritional benefits like Vitamin C and fiber.

地産地消の取り組み (Local Production, Local Consumption). Promotes local food from Nakano-ku, listing dates for rice and other products, and includes a table of nutritional values for various food items.

広告 (Advertisement). Promotes 'JAグリーン大阪 農産物直売所「フレッシュ・クラブ」' (JA Green Osaka Fresh Club) with details on location, hours, and contact information.