



1月 給食だより



香住学校給食センター
(電話36-0686)

月	火	水	木	金
ジオンくんがついている ひは、町内産の魚やイカ を使っています。	7 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 グラパン あおな 青菜とジャコの和え物 ポークビーンズ 朝食オスメニュー	8 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 さばのごま焼き わふう 和風じゃがバター うちこ 打ち込み汁	9 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 チキン南蛮 れんこんサラダ かおみ 香る美そ汁 みかん かみかみデー	10 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ぎょうざの酢じょうゆかけ きりぼしだいこん 切干大根のはりはり漬け はっほうさい 八宝菜
13 せいじん ひ 成人の日 今年もよろしく	14 ごはん 牛乳 ハンバーグのきのこソースかけ 大根と竹輪のサラダ ちゃんぽん豆乳スープ	15 くろまめ 黒豆ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 とりのみそパン粉焼き こうはく 紅白なます しらたまそうに 白玉雑煮 しょうがつ 正月 お正月こんだて	16 ごもく 五目ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 たまごやき 三色ナムル わかめスープ ゼリー ながいしょう 長井小利クエスト献立	17 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 むし 蒸しシウマイ はるさめ 春雨サラダ にこ 煮込みおでん
20 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 マカロニグラタン やさしい 野菜のレモン和え みそチゲスープ	21 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ハタハタのいそべ揚げ たじまぎゅう 但馬牛すきやき みかん も〜と食べよう但馬牛 ととの日	22 むぎごはん ぎゅうにゅう 牛乳 チキンカレー コーンフライ はなやさい 花野菜のサラダ	23 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ぶたにく しょうがいた 豚肉の生姜炒め ず ぎょうざ 餃子 高野豆腐の卵とじ	24 しそむぎごはん ぎゅうにゅう 牛乳 かりんとウカレ みかただいこんあずき 美方大納言小豆ルビーのサラダ かすみづる 香住鶴の酒かすなべ がつこうしゅうしゅうかんこんだて 学校給食週間献立
27 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 かぼちゃひき肉フライ じゃこひきふりかけ ふゆ 冬のクリームシチュー	28 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 さわらのゆずみそかけ ごもく 五目おから ABCスープ ハッピーにんじん	29 ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ほうれん草オムレツ きりぼしだいこん 切干大根のソース炒め に 煮 きょうどりょうり やまがけけん 郷土料理(山形県)	30 むぎごはん ぎゅうにゅう 牛乳 やきとり丼 ビーフンサラダ スキージ	31 い 炒り豆ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 イワシのかば焼き キャベツのしおこんぶ マヨ けんちん汁



新年の無病息災を願う

正月行事

しんねん 新年
むびょうそくさい 無病息災
ねが 願い
しょうがつぎょうじ 正月行事

正月三が日が明けてからも、7日の「人日の節句」、11日の「鏡開き」、15日の「小正月」と、正月行事が続きます。人日の節句には、7種類の若菜を入れた「七草がゆ」を、小正月には、小豆を入れた「小豆がゆ」を食べて、1年の無病息災を願う風習があります。年末年始のごちそうで疲れた胃腸を休めるのにも、ぴったりな行事食です。

また、鏡開きでは、歳神様にお供えていた鏡もちを下げて、お汁粉などにして食べ、家族の健康や幸福を願います。鏡開きのもちを小正月の小豆がゆに入れることもあります。



七草がゆ



はる 春の七草「せり、なすな、こぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな、すずしろ」を入れたおかゆ。

1月7日の早朝(または前日夜)に、まな板の上に七草を並べて包丁で叩きながら、「七草なすな 唐土の鳥が 日本国に 渡らぬ先に…」などと七草ばやしを唱える風習があります。

※歌詞は地域や家庭によって異なります。