



1月給食たより

献立表

埼玉県立川口工業高等学校 定時制

月	火	水	木	金
		8	9	10
		始業式 給食なし	・ジョア オレンジ味 ・鶏肉とひよこ豆のカレーライス ・手作り紅白ゼリー ・干支チョコレート	・牛乳 ・年明けうどん餅巾着入り ・擬製豆腐 ・豚肉の甘辛煮・みかん
13	14	15	16	17
成人の日 (祝日)	・牛乳 ・ご飯・鯖の西京漬け焼き ・切り干し大根とあさりの煮物 ・さつま芋と黒豆甘煮・味噌汁 ・バナナとみかんゼリー	・オレンジジュース ・衣笠丼 ・白玉ぜんざい ・鶏肉とじゃが芋の味噌汁	・ミルージュ ・ポークチャップライス ・青梗菜とたまごのスープ ・手作りピーチゼリー	・牛乳 ・あんかけもやしと豚肉のラーメン ・ハムとブロッコリー・タルタルサラダ ・イチゴヨーグルト
20	21	22 保護者給食試食会	23	24
・牛乳 ・ご飯・鯖のピリ辛みそ漬け焼き ・わかめとオクラの胡麻酢和え ・鶏の手羽元と大根の照り煮・味噌汁 ・りんごミックス	・牛乳 ・ご飯 ・豚肉の生姜焼き ・南瓜のそぼろ煮 ・かみかみふりかけ・味噌汁	・牛乳・豚肉とごぼうの混ぜご飯 ・鶏肉の塩麹漬け焼き ・もやしとわかめのナムル ・味噌汁 ・柚子ゼリー	・牛乳 ・菜飯 ・松風焼き ・厚揚げと帆立のオイスター炒め ・卵豆腐・味噌汁	・牛乳 ・野菜たっぷりタンメン ・ツナときゃべつコールスロー ・ブルーベリーヨーグルト
27	28	29	30	31
・オレンジジュース ・ご飯 ・チキンブラウンシチュー ・ポテトとハムのチーズオープン焼	・牛乳 ・卵と焼き豚のチャーハン ・いかのチリソース ・白菜とベーコンの中華スープ	・牛乳 ・ご飯・マーボー豆腐 ・キャベツとりんごのコールスロー ・鮭ボール入り味噌汁 ・黄桃缶	・牛乳 ・ツナと炒り卵の三食丼 ・ブロッコリーみそレモンドレッシング ・味噌汁	・ジョア いちご味 ・五目焼きそば ・ロールパン ・鶏のから揚げ ・ワカメスープ

都合により献立や食材等の変更をすることがありますので予めご了承下さい。

一日あたりの平均

エネルギー 850kcal たんぱく質 33.5g 脂質 27.1g 塩分 3.5g



《 給食試食会について 》

令和2年 1月22日(水曜日)に、保護者対象の給食試食会を行います。
皆様のご参加お待ちしております。



今年も安全に気をつけて、給食作りに努めていきたいと思ひます。
引き続きよろしくお願い致します。

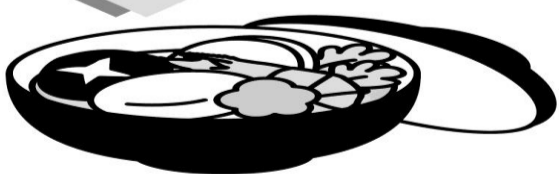


おせち料理



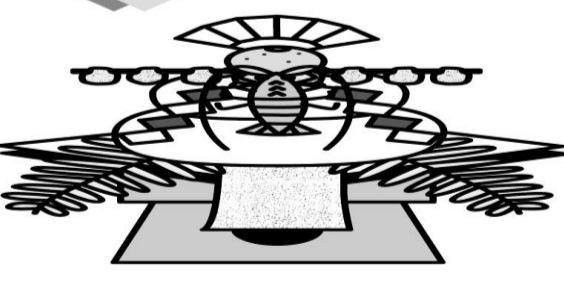
新年への願いを込めた、縁起の良い食べ物を使うのが特徴です。歳神様をお迎えしている時は煮炊きを慎むとともに、料理を作る人がお正月の3日間くらいは休めるようにと、冷めてもおいしく保存の利く料理が作られます。

お雑煮



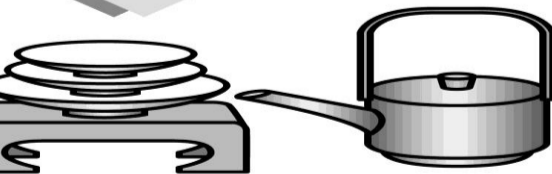
もちの入った汁物で、地域や家庭によって具材も味つけもさまざまです。中部地方を境に、東は四角もち、西は丸もちを使う所が多く、あんこ入りのもちを入れる所もあります。

鏡もち



昔は、鏡に神様が宿ると考えられていました。その鏡の形に似せて、丸く平らに作ったもちを重ねたのが鏡もちで、歳神様へのお供えにします。「家が代々続く」ように、「橙」というミカン科の果実をもちの上に載せ、には、エビや昆布など縁起のよいものを飾ります。

お屠蘇



薬草で作られる「屠蘇散」を酒やみりに浸して作る薬酒。家族の健康を願い、年齢の若い人から順に飲みます。子どもが飲む場合は、アルコールを飛ばしておくといでしょう。

お正月は、新しい1年の幸運や健康、豊作をもたらしてくれる「歳神様」を各家庭でお迎えする年中行事です。お正月に食べるおせち料理やお雑煮は、もともと歳神様へのお供えであり、神様と同じものを共にいただくことで、その力が授かると考えられていました。