

(配ぜん図)

ひとくちメモ

<p>十二月十九日 (月)</p>	<p>ひめひじきの いために さばの もしおやき</p>  <p>ごはん</p> <p>みそ だんごじる</p> 	<p>きょうど しよくざい ひめ ○郷土の食材「姫ひじき」</p> <p>ひめ がつついたち がつ しゅうかく てん 姫ひじきは11月1日から2月にかけて収穫することができる天 然のひじきです。姫ひじきは潮が引いたときに摘みとるため、ま だ夜が明けない暗いうちに摘みとることもあります。摘みとったひ じきは、大きな鉄の鍋でおよそ5時間煮て、その後、天日でじっく り乾燥させます。今日は今年とれた新物の姫ひじきを使って、「姫 ひじきの炒め煮」を作りました。</p>
<p>十二月二十日 (火)</p>	<p>ミックス フルーツ</p> <p>さわやかあえ</p> <p>こくとうパン</p> <p>まめと とりにくの トマトに</p>  <p>ぎゅうにゅう</p>	<p>しろ まめ ○白いんげん豆</p> <p>しろ まめ ちゅうなんべいあた さいしょ み い われる まめ 白いんげん豆は、中南米辺りで最初に見つかったと言われる豆 です。白いんげん豆は、大豆と比べて糖分量を多く含んでいるの で、煮るとほんのり甘みがあり、日本では「白あん」の原料や、砂 糖を多く加えて煮た「煮豆」で食べることが多いです。 今日は、とり肉やじゃがいも、たまねぎなどと一緒にトマト味の 煮物を作りました。</p>
<p>十二月二十一日 (水)</p>	<p>むらさきもチップス</p> <p>ビーフの ちゅうかあえ</p> <p>かふうライス</p> <p>かきたま スープ</p>  <p>ぎゅうにゅう</p>	<p>しよくじ ○食事のマナー「ふりかえり」</p> <p>みなさん、食事のあいさつは、心をこめて、ていねいに行ってい ますか？ 食器類は、正しい位置に置くことができますか？ 良い姿勢を意識しながら給食を食べることができますか？ 後片付けはきちんと行っていますか？ 食事のマナーをふりかえり、できているところは続けて、できて いなかったところは、できるようにしていきましょう。</p>
<p>十二月二十二日 (木)</p>	<p>クリスマス ミニデザート</p> <p>ブロッコリーと コーンの あえもの チキンカツ</p> <p>ごはん</p> <p>かぼちやの みそしる</p>  <p>はっこうにゅう</p>	<p>とうじ ○冬至とクリスマス</p> <p>きょう がつ にち にじゅうしせつき とうじ にほん むかし 今日12月22日は二十四節気の1つ「冬至」です。日本では昔 から冬至の日にかぼちやを使った料理や、小豆がゆなどを食べ、 ゆず湯に浸かると風邪などをひかないといわれています。 また、明々後日12月25日は「クリスマス」です。日本ではクリ スマスやその前日のイヴの日に、鶏肉を焼いたり揚げたりした料理 や、ケーキなどを食べる人が多いようです。</p>
<p>十二月二十三日 (金)</p>	<p>キャンディチーズ 小学校 2こ 中学校 3こ</p> <p>ごま ドレッシング サラダ</p> <p>キーマカレー(ぐ) むぎごはん</p>  <p>ぎゅうにゅう</p>	<p>がつき きゅうしよく ○2学期の給食</p> <p>きょう がつき きゅうしよく しゅうりょう 今日で2学期の給食が終了します。 給食では、季節や地元の食材、行事にそった料理などをとり入 れていましたが、みなさん、味わいながら食べることができました か？ 明日から冬休みになります。確実な手洗いやせきエチケット、 ソーシャルディスタンスなど、引き続き新型コロナウイルス感 染症の対策や、インフルエンザの予防に努めて、有意義な冬休み を過ごしてくださいね。</p>

