



# 1月予定献立表



月	火 9日	水 10日	木 11日	金 12日	予約締切		
<p><b>2024</b></p>	<p>麻婆大根豆腐丼 棒餃子 卵と青菜の中華スープ 果物(柑橘類)</p>	<p>年明けうどん 紅生姜と海老のかき揚げ 梅マヨポテサラ ぜんざい</p>	<p>11日 <b>鑑開き</b></p> <p>ごはん、鰯の幽庵味噌焼き くるみ入り田作り 紅白なます 江戸雑煮風白玉汁 栗きんとん</p>	<p>12日</p> <p>ごはん 芋と厚揚げの咖喱ナッツ炒め もやしと卵の中華和え 筍と若布のスープ 白ごまミルクプリン</p>	12/25 (月)		
	<p>15日 <b>小正月献立</b></p> <p>小豆ご飯、松風焼き お揚げとじゃこの炒め 青菜ともやしのごま和え 花麩のすまし汁 餅花風白玉フルーツ</p>	<p>16日</p> <p>ジョア(ストロベリー) キャロットライのえびクリームがけ さつま芋と南瓜のサラダ ジュリエンスープ 果物(りんご)</p>	<p>17日</p> <p>ごはん いかのごまマヨソース 白滝の卵炒め 野菜の芥子酢和え もやしの担々味噌汁</p>	<p>18日</p> <p>キムチごはん ししゃものパリパリ揚げ 野菜の海苔和え 生姜風味の豆乳スープ 杏仁フルーツ</p>		<p>19日 <b>大寒献立</b></p> <p>ごはん 凍り豆腐の卵とじ 切干大根のゴマドレ和え 沢煮椀 麴甘酒の豆乳寒天</p>	
	<p>22日 <b>カレーの日</b></p> <p>麦ごはん チキンカレー きのこのガーリックマリネ マカロニスープ ヨーグルトとりんごの二層ゼリー</p>	<p>23日</p> <p>ごはん 鯖の韓国風味噌煮(ゴトウソウチヨリム) 野菜の海苔和え韓国風味 豆腐と若布のスープ 柚子茶ゼリー</p>	<p>24日 <b>東京の料理</b></p> <p>深川飯 塩ちゃんこ鍋 東京うどんと豚肉の卵炒め 明日葉と糸寒天入りツナマヨ和え</p>	<p>毎年1月24日~30日は全国 学校給食週間です。 給食では24日から 30日まで特色ある 給食を提供します。</p>		1/12 (金)	
	<p>29日 <b>昔の給食風①</b></p> <p>揚げパン (A: きなこ B: シナモン) インド煮 フレンチサラダ フルーツポンチ</p>	<p>30日 <b>昔の給食風②</b></p> <p>五色ごはん クジラの竜田揚げ ぶどう豆 春雨サラダ すいとん、果物(みかん)</p>	<p>31日</p> <p>ごはん レバニラ炒め 豆腐のせ中華サラダ 味噌ワタンスープ マラーカオ</p>	<p>☆24日 東京の料理 ☆【深川飯】【東京うどん】【明日葉】 *【深川飯】のはじまりは、江戸後期~明治頃、江東区深川エリアで、バカ貝(アオヤギ)をネギと一緒に煮込み、ご飯にかけて食べたものと言われています。現在はぶっかけタイプより、あさりを使った炊き込みタイプがメジャーなようです。 *江戸東京野菜のひとつである【東京うどん】は立川市で多く栽培されています。地下の室(土)で育てられることから真っ白でアクが少ないのが特徴です。 *【明日葉】は伊豆諸島原産のセリ科の植物です。ややクセがある野菜なので、島民にも人気のツナマヨで和えて食べやすく提供します。</p>			
	<p>☆11日 <b>鑑開き</b></p> <p>鑑開きとは、1月11日に正月飾りの鏡餅を下ろし、無病息災を願う行事です。年神様が宿った鏡餅には魂が吹き込まれているとされ、開いていただくことで神様の力を授かると考え、この日に餅を食べます。ちなみに、餅の上ののっている果物は、みかんではなく橙(だいだい)です。</p>		<p>☆16日 <b>小正月献立</b></p> <p>元日から1月7日までを正月(大正月)というのに対し、1月15日前後の3日間を小正月といいます。小正月の朝には、邪気払いの赤い【小豆粥】を食べ、一年の健康を祈願する習わしがあります。給食ではお粥ではなく、ご飯にします。</p>			<p>☆30日 <b>昔の給食風</b> ☆【五色ごはん】【クジラの竜田揚げ】【ぶどう豆】【すいとん】</p> <p>*【五色ごはん】は、大正時代の給食でよく食べられていた料理で、里芋など具がたっぷり入った混ぜご飯です。 *昔は【クジラ肉】が安かったことから、よく給食に出されていたそうです。 *大豆を甘めに煮た【ぶどう豆】は、ぶどうの粒のようなふっくらとした形と色がその名前の由来です。 *第二次世界大戦頃は給食を続けられない学校も多くなり、【すいとん】などで飢えをしのいでいたそうです。</p>	

※16日を除き、牛乳は毎日つきます。献立は都合により変更することがあります。