



1がつ こんだてよていひょう

《こんげつのもくひょう》
さむさに まけない からだをつくろう



月 (げつ)	火 (か)	水 (すい)	木 (もく)	金 (きん)
鏡開き (かがみびらき)  <p>1月11日は「鏡開き」です。お正月に神様にお供えた「鏡もち」を、雑煮などにして食べます。1月8日は、「鏡開き」にちなんだ白玉もちの入った「白玉雑煮」と、福島県島の郷土料理「いか人参」のこんだてになっています。</p>			だい3がつき しぎょうしき	8  いかにんじん あつやきたまご なめし しらたま そうに
11  せいじんの日	12  ツナサラダ コーンピラフ たまごスープ	13  ほうれんそうのナムル ぎょうざ むぎごはん マーボー豆腐	14  からしあえ ちくわのいそべあげ ソフトめん ごもくうどんかけじり	15  なっとう ごもくきんぴら むぎごはん わかめとたまねぎのみそしる
18  みかん アーモンドあえ そぼろごはん さといものみそしる	19  まめサラダ <small>チョコレートクリーム</small> しよくパン じゃがいものポタージュ	20  さつまいもとござかなのつくだに おかかあえ むぎごはん ひじきのもの	21  ポイルキャベツのレモンあえ しろみざかなフライ パンズパン やさいスープ	22  <small>ビーンズカル</small> ゆずりんご ポークカレーライス
25  ぼんかん いかとわかめのすみそあえ <small>たまごふりかけ</small> むぎごはん つみれじる	26  ポイルせんキャベツ くじらたつたあげ <small>いちごジャム</small> ヨッペパン ポタージュスープ	27  みそかんぷら ひきないり むぎごはん しみ豆腐とねぎのみそしる	28  <small>ミルクプリン</small> ラーパーツアイ シューマイ ちゅうかめん もやしみそタンメンかけじり	29  ほうれんそうとキャベツのごまあえ さけのてりやき <small>あじっほり</small> ななこくごはん こづゆ
学校給食について もっと知りましょう! 1月24日～30日は「全国学校給食週間」です。学校給食について、さらに理解を深められる週にしたいですね。学校給食週間には、昔なつかしの献立や、福島県の代表的な料理・食材を取り入れています。				

