

1月はいぜんひょう

嬉野学校給食センター

月	火	水	木	金
6	7	8	9	10
『全国学校給食週間』 が始まりま 毎日食べている給食。みなさんの成長に必要な栄養素を補給する以外にも、様々な役割があります。この機会に、給食のことについてもっと知りましょう！		学校開始 (給食なし)		
13	14	15	16	17
成人の日				
20	21	22	23	24
キャベツは全国各地で栽培され、季節をずらして栽培しているの一年中でまわっています。キャベツは胃の調子を整えたり、貧血を防ぐ働きがあります。	冬は、江戸時代から日本で広く栽培されています。冬場は寒さで甘さが増します。今日はサラダにしました。	豆腐はたんぱく質を多く含み、血や肉を作ります。豆腐にはいろいろな料理がありますが、みなさんはどんな豆腐料理が好きですか？	鍋は、からだをつくるたんぱく質はもちろんなこと、ビタミンが含まれています。また貧血を防ぐ鉄分が多いそうです。	寒い時期に食べたくなくなるのがうどんですね。日本の伝統料理であるうどんは地域ごとに食べ方があります。
27	28	29	30	31
マヨネーズ(たまごなし) コンソメ ジシリアンライス	どりからあげ さんしょうあえ かきたまじる	どりのからあげ さんしょうあえ かきたまじる	どりのからあげ さんしょうあえ かきたまじる	どりのからあげ さんしょうあえ かきたまじる
佐賀の新名物 郷土料理とは違い、新しく名物にしようと考えられている料理もあります。それがジシリアンライスです。甘辛い肉とサラダの相性が抜群でとてもおいしいですよ。	嬉野の郷土料理 ごはん飯とかげ和えは、嬉野市の郷土料理です。ごはん飯のごんぼとはごぼうのことで、ごぼうを生原料として、人参やこんにゃくなどの具を煮しめ、ご飯に混ぜ込んだ料理です。	最初の給食 明治22年に山形県の小学校で貧しくてお弁当を持てなかったのが、子どもたちに昼食を出したのが給食のはじまりです。その時はおにぎりや焼き魚と漬け物が出たそうです。	今人気の給食 今日は、吉田中学校のリンクエス給食です。鶏肉の唐揚げと三色和えは、いつも大人気です。デザートにはプリンタルトです。みなさんの好きな料理はありましたか？次回のリンクエス給食もお楽しみに！	世界の料理 チリコンカンとは、メキシコの代表的な料理です。おもしろい名前ですが、こんな意味があります。チリは「チリ」というとうがらしで作ったスパイス。コンは〜といっしょにという意味。カンはお肉のことです。