

12月19日の給食

投稿日時：2023/12/19 [abiko1](#) カテゴリ:

【牛乳・ツナカレーピラフ・フライドチキン・星のパスタスープ・クリスマスケーキ】

＜給食メモ＞

世界のクリスマスでは、日本のクリスマスケーキとちょっと違った甘いものを食べる習慣があります。イギリスのクリスマスプディング、ドイツのシュトーレン、イタリアのパネトーネ、フランスのブッシュドノエルなど、クリスマスは万国共通ですが、国によって様々です。一小はチョコケーキです。2学期最後の給食を味わってください。

本日の我孫子産食材：米

本日の千葉県産食材：牛乳、にんじん、小松菜



12月18日の給食

投稿日時：2023/12/18 [abiko1](#) カテゴリ:

【牛乳・かぼちゃほうとう・白菜の柚子香漬け・手作り抹茶小豆ケーキ】

<給食メモ>

12月22日は冬至です。冬至とは1年中で1番昼の時間が短い日のことです。やがてくる寒さに備えて栄養のある「かぼちゃ」を食べて健康を願ったり、柚子を浮かべたお風呂に入って体を温めたりする習慣があります。冬至にかぼちゃを食べると「病気にかからない」といわれています。今日はほうとうに入れて柔らかく煮込みました。

本日の我孫子産食材:米粉、

本日の千葉県産食材:牛乳、にんじん、大根



12月15日の給食

投稿日時 : 2023/12/15 [abiko1](#) カテゴリ:

【牛乳・ビーフカレーライス・福神漬け・海藻サラダ・カップ ヤクルト】

<給食メモ>

今日のサラダにはキャベツが入っています。キャベツは、世界中で食べられている野菜です。暑さに弱く、寒さには強い野菜なので、群馬県や長野県でたくさん作られ

ています。キャベツを収穫せずに育て続けると茎が伸びて、花びらが3枚の黄色い花が咲きます。

本日の我孫子産食材:米

本日の千葉県産食材:牛乳、牛肉、にんじん



12月14日の給食

投稿日時 : 2023/12/14 [abiko1](#) カテゴリ:

【牛乳・麦ごはん・さばのみそ煮・きんぴらサラダ・沢煮椀・オレンジ】

＜給食メモ＞

沢煮椀は、野菜をせん切りにして、しょうゆで味付けした汁ものです。昔は「多い」ということを「沢」と呼んでいました。この「沢」には、①野菜が沢山入っている ②薄い味付けである ③せん切りの具が沢の流れに見える という3つの意味が込められています。つまり沢煮椀は、沢山のせん切りにした具が入った、あっさりとした汁ものという意味です。

本日の我孫子産食材:米

本日の千葉県産食材:牛乳、にんじん



12月13日の給食

投稿日時 : 2023/12/13 [abiko1](#) カテゴリ:

【牛乳・きなこ揚げパン・豚肉と大豆のトマトクリーム煮・キャベツのサラダ・みかん】

<給食メモ>

みなさんは給食の前に手を洗っていますよね。きちんと石けんを付けて丁寧に洗うと、手について細菌や汚れが落ちます。すると、その手で触ったものから細菌や汚れが他に移ることがなくなり、清潔に配膳できます。なので、手を洗った後に余分なところを触るのはやめましょう。給食当番はもちろん、当番でない人もきちんと手洗いをしましょう。

本日の千葉県産食材:牛乳、にんじん、小松菜



12月12日の給食

投稿日時：2023/12/12 [abiko1](#) カテゴリ:

【牛乳・吹き寄せごはん・白身魚の甘酢炒め・白菜とごぼうのみそ汁・夢オレンジ】

<給食メモ>

今日のデザートは夢オレンジです。夢に向かってがんばろう！という意味を込めて名付けられた夢オレンジは、南香（なんこう）と天草（あまくさ）という種類の柑橘類からできたみかんの仲間です。ゼリーのようなプルプルの食感が特徴で、酸味が少なく甘い果汁がたっぷりつまっている果物です。みかんが苦手な人も食べてみてください。

本日の我孫子産食材：米

本日の千葉県産食材：牛乳、さつまいも、にんじん



12月11日の給食

投稿日時：2023/12/11 [abiko1](#) カテゴリ:

【牛乳・麦ごはん・太刀魚のゆず焼き・かぼちゃサラダ・根菜汁・みはや】

<給食メモ>

今日はマヨネーズのお話です。マヨネーズにはそう呼ばれるようになった出来事があります。18世紀半ば、フランス軍がスペインのメノルカ島を攻撃しました。そのときの隊長が、マオンの町の料理店でお肉に添えられた、見慣れないソースと出会いました。そのソースをパリで「マオンのソース」と紹介したところ、「マオンネーズ」と呼ばれ、その後「マヨネーズ」となったそうです。

本日の我孫子産食材：米

本日の千葉県産食材：牛乳、里いも



12月8日の給食

投稿日時：2023/12/08 [abiko1](#) カテゴリ:

【牛乳・醤油ラーメン・厚揚げと小松菜の炒めナムル・スイートポテト】

<給食メモ>

給食にはにわたりの卵の他に、小さくてかわいい「うずらの卵」がよく使われています。うずらという小さな鳥は、生まれてから50日くらいで卵を産み始め、1年間に250～280個の卵を産むと、もう産まなくなってしまうそうです。にわたりの卵と違い、からに模様が付いているのが特徴です。スーパーで探してみてください。

本日の千葉県産食材：牛乳



12月7日の給食

投稿日時：2023/12/07 [abiko1](#) カテゴリ:

【牛乳・わかめごはん・あげだし豆腐のカニあんかけ・さつまいもとえのきのみそ汁・ミニたい焼き】

<給食メモ>

いつもごはんの時には、盛り付けのためにしゃもじを付けています。そんなしゃもじのクイズ。しゃもじの別名は何でしょう。①みやじま ②みやこじま ③はちじょうじま
正解は①のみやじまです。宮島は、広島県にある町の名前です。昔、しゃもじをたくさん作っていたことから、しゃもじを「みやじま」と呼ぶことがあるそうです。

本日の我孫子産食材:米

本日の千葉県産食材:牛乳、にんじん



12月6日の給食

投稿日時：2023/12/06 [abiko1](#) カテゴリ:

【牛乳・麦ごはん・たらめの西京焼き・豚肉と野菜のうま煮・大根と小松菜のすまし汁・バナナ】

<給食メモ>

今日は給食室の紹介です。一小的給食室では、約550人分を8人の調理員さんで作っています。みんなの喜ぶ顔を思い浮かべながら肉や魚、野菜を使って、煮たり焼いたり、炒めたり揚げたりと一生懸命料理しています。給食ではたくさんの食べ物との出会いがあります。苦手なものもあると思いますが、まずは一口頑張ってみましょう。

本日の我孫子産食材：米

本日の千葉県産食材：牛乳、にんじん



12月5日の給食

投稿日時：2023/12/05 [abiko1](#) カテゴリ:

【牛乳・三色ピラフ・鶏のマーマレード焼き・あさりのチャウダー・ミルメーク・りんご】

<給食メモ>

みなさんはトレイを運ぶときにこぼしてしまったり、お皿を落として割ってしまったことはありませんか？ 運ぶのにはコツがあります。それは、運んでいるものから目を離さないことです。気になることがあっても、絶対に目を離さない。他のことをするなら、どこかに一旦置きましょう。大切なみんなの食器です。大事に使ってください。

本日の我孫子産食材：米、にんじん、白菜

本日の千葉県産食材：牛乳



12月4日の給食

投稿日時：2023/12/04 [abiko1](#) カテゴリ:

【牛乳・セルフオムライス・ししゃもの彩り揚げ・野菜スープ・ひとくちみかんゼリー】

<給食メモ>

今日のししゃもの衣には、にんじんとピーマンを使っています。ピーマンといえば、みんなの嫌いな野菜ランキング上位ダと思いますが、今日のように油で揚げたり炒めたりすると、食べやすくなります。かぜのウイルスをやっつけたり、肌を元気にしてくれるビタミンCがいちごより多い野菜です。

本日の我孫子産食材：米

本日の千葉県産食材：牛乳、にんじん、小松菜



12月1日の給食

投稿日時：2023/12/01 [abiko1](#) カテゴリ:

【牛乳・麦ごはん・豚キムチ・キャベツの蒸し煮とツナのバンバンジー風・カシューナッツ・ラグビーボールチーズ】

<給食メモ>

みなさんは我孫子市に本拠地を置くラグビーチーム、「NEC グリーンロケッツ東葛」を知っていますか？日本の大きな大会で何度も優勝している強いチームです。そんなラグビーチームと一小の給食がコラボ！いつも選手達が食べている食事をアレンジしています。選手達は1食で350～600gほどのごはんを食べるそうです。6年生の2～4倍の量ですね。他におかずを2～3品。野菜、果物、乳製品も必ず食べているそうです。みんなも選手達のようにたくさん食べて、元気な体をつくり、グリーンロケッツを応援しましょう！

本日の我孫子産食材：米

本日の千葉県産食材：牛乳、にんじん、小松菜

