

# せいじんのひ



9日

フルーツもりあわせ

ビビンバどんぶり

トックスープ

10日

ぜんざい

プリのてりやき

みかん

(むぎいり)

こぶじる

11日

こふきいも

あまエビのからあげ

ソフトめん

にくみそ

12日

きりぼしだいこんのごまよごし

とりにくのオランダに

すましじる

13日

カラフルサラダ

フライビーンズ

こめココッパン

クリームシチュー

16日

こまつなとほしがきのおひたし

サバのみそに

いなかじる

17日

きわかめのいために

おやこどんぶり

(むぎいり)

いしかりじる

18日

フルーツしらたま

スパゲティナポリタン

クロワッサン

ポトフ

19日

かちりとキャベツのあえもの

ぎふコロッケ

岐福(ぎふ)みそじる

20日

もものかんづめ

フレンチサラダ

コッパン

カレーシチュー

23日

うらがみそぼろ

ながさきてんぶら

ぐぞうに

24日

きんぎょめし

とりにくとだいずのもの

えんくうさいのみそじる

25日

やさいのしおいため

トンポーロウ

たけのこととうみょうのたまごスープ

26日

はくさいのじゃこんがえ

サケのわふうゆずバターソース

ぎほくづくしのみそじる

27日

ほうれんそうとキャベツのソテー

にこみハンバーグ

コーンポタージュ

30日

チンゲンサイのいためもの

かんこくふうにくじゃが

はくさいとにくだんごのスープ

31日

1/23~27は  
ぎふし  
がっこうきゅうしゅくしゅうかん

23日 しょうわ40~50ねんだいのきゅうしゅく  
24日 あじのたび「ながさきけん」  
25日 ふるさとしゅくざいの日  
26日 ゆうこうとし ちゅうごく こうしゅうしのりょうり  
27日 ちゅうがくせい がっこうきゅうしゅくせんしゅけん  
ぎほくちゅうがっこうの せいとが かんがえた こんだて

# 1月

長良西小学校



このマークは  
「ふるさとしゅくざいの日」  
すべてのこんだてに ぎふけんさんの  
しゅくざいが つかわれています。



鉄分(てつぶん)が  
多いこんだての日

食物(しょくもつ)せんいが  
多いこんだての日

(にほんがたしゅじ)  
「日本型食事」の日



こんげつは  
「ながさきけん」

まいつき19日は  
「しゅくいくの日」  
しゅくについて  
かんがえる日です。