



令和6年
12月

12月給食もぐもぐメモ

川口市立新郷小学校
食育部

日 曜	献 立 名			きょう きゅうしょく 今日の給食もぐもぐメモ
	主 食	飲み物	お か ず	
2 月	ごはん	牛乳	とりのさっぱり煮 水ぎょうざスープ	今日のスープに入っているぎょうざはいつも焼いたり、揚げたりしているぎょうざとは違って、スープ用に作った「水ぎょうざ」です。皮がつるつとしているのが特徴です。とりのさっぱり煮には久しぶりにうずら卵が入っています。
3 火	ホット 中華めん	牛乳	広東めん チーズ春巻 りんご	広東めんは日本で考えられた麺料理です。野菜や肉などの具だくさん、とろみのあるスープが特徴で、五目あんかけラーメンという名前で出しているお店もあります。
4 水	チキン ライス	牛乳	ふわとろオムライス ソーセージと白菜のスープ	白菜は冬が旬の野菜です。今は一年中作られていますが、気温が低くなると葉がぎゅっとしまって、甘みが増します。日本ではなじみの深い野菜ですが、アジア以外ではありません。
5 木	ごはん	牛乳	たちうおフライ ボイルキャベツ 豚汁	「たちうお」は銀色の細長い魚です。刀のように見えることから「太刀魚」という名前が付きました。頭を上にして泳ぐこともあり立ち泳ぎのように見えて「立魚」と書くこともあります。冬は脂がのっておいしい時期です。
6 金	ソフト フランス パン	牛乳	ビーフシチュー 野菜サラダ	ビーフは英語で牛肉のことです。イギリス海軍がインドでスパイスを入れて作ったのが始まりで、イギリス風カレーのもとになった料理です。日本には明治時代に伝わり、海軍で作ろうとしましたが、うまくできず代わりに肉じゃがが出来たそうです。
7 月	豚キムチ チャーハン	牛乳	トック はやか	「はやか」は平成生まれのみかんです。温州みかんとぽんかんを掛け合わせて生まれた、両方のいいところをもってできた品種です。中の薄い皮は食べられますが、種に気をつけましょう。
10 火	じごな 地粉 うどん	牛乳	きつねうどん 大學いも	いなり神社の神様のお使いのきつねは油揚げが好物といわれることから、油揚げを使った料理には「きつね」という名前を付けます。関東では「きつねそば」と呼ばれている油揚げの入ったそばは、関西では「たぬき」と呼ばれています。
11 水	ごはん	牛乳	和風ハンバーグ けんちん汁	今日の和風ハンバーグは何の形をしているか、わかりますか？もうすぐクリスマスなので、もみの木の形です。ソースはご飯に合うように、大根おろしの入ったしょうゆ味です。
12 木	麦ごはん	牛乳	カレーライス じゃこサラダ	じゃこサラダの「じゃこ」は「ちりめんじゃこ」のことです。しらす干しをさらにしっかりと干して、水分を少なくしたものがちりめんじゃこです。じゃこは小さい魚という意味の「雜魚」がなまつた言葉です。
13 金	バター ロール	牛乳	ポテトのミートソースかけ 野菜スープ みかん	新郷小学校の野菜スープは野菜をしっかり炒めて作っています。野菜を焦がさないようじっくり炒めると、野菜の辛味や苦みがとれて、甘みが引き出され、おいしいスープになります。
16 月	くわい ごはん	牛乳	わかさぎの天ぷら 白菜のみそ汁	くわいはたまねぎのようにくきの太くなった部分を食べる野菜です。縁起のよい食べ物とされ、おせち料理によく使われます。埼玉県は全国2位のくわいの生産地です。
17 火	ホット 中華めん	牛乳	コーンラーメン てりやきまん	「てりやきまん」は給食室で手作りしています。具のとり肉の照り焼きも朝から調理員さんが煮込んで作りました。アルミホイルだけがをしないように気をつけて食べてください。
18 水	ごはん	牛乳	四川どうふ 杏仁フルーツ	杏仁フルーツに入っている白いゼリーのようなものは、中国のデザート「杏仁豆腐」です。本物の杏仁豆腐はあんずの種の芯の部分をすりつぶして粉にして作りますが、今日の給食の杏仁豆腐は大豆から作った豆乳を使っています。
19 木	ごはん	牛乳	たらのゆず風味 さつま汁	12月22日は冬至と言って、一年で一番昼が短く夜が長い日です。冬至には『ん』の付くものを食べ、ゆずの入ったお風呂に入ると風邪をひかないといわれています。
20 金	フラワー ロール	牛乳	フライドチキン ほうれんそうのソテー かぼちゃのクリームスープ ◎セレクトケーキ	今日で2学期の給食はおしまいです。ケーキは自分で味を選べるセレクトケーキです。冬休みはお正月もあり、ふだんと生活リズムが変わりやすく、食生活も乱れがちです。規則正しく食事をとって、3学期も元気に登校してください。