



1 がつこんだてよていひょう



令和4年度

熊本市立芳野小中学校

ひ	よう	しゅしょく	牛乳	おかず	ざいりょう			小	中
					ねつやちからになる	ちやくやくほねになる	からだのちょうしをととのえる		
11	すい	しょくぱん	牛乳	こんさいポトフ かみかみチーズサラダ あずきしらたま	パン あぶら じゃがいも カシューナッツ しらたまもち さとう	ぎゅうにゅう あずき ウインナー チーズ しらすばし	にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり だいこん れんこん ごぼう	○	○
12	もく	ごはん	牛乳	とりしおうどん れんこんのごまネーズあえ のりのつくだに	こめ ノンエッグマヨネーズ ごま うどん	ぎゅうにゅう とりにく あげ かまぼこ かつおだし のりのつくだに	にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり ねぎ れんこん にんにく しょうが	○	○
13	きん	むぎごはん	牛乳	いわしのうめに ななくさのふりかけ かきたまじる	こめ むぎ でんぷん ごま ごまあぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう いわし たまご かまぼこ いかかつお こんぶかつおだし	にんじん たまねぎ こまつな せり みつば ねぎ うめぼし	○	○
16	げつ	ミルクパン	牛乳	しるビーフン さつまいもとくろまめのサラダ かみかみいりこ	パン あぶら さとう ビーフン さつまいも ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく いか かまぼこ くろまめ	にんじん たまねぎ しょうが はくさい きくらげ きゅうり ねぎ	○	○
17	か	むぎごはん	牛乳	ふゆやさいのカレー ツナサラダ りんごゼリー	こめ むぎ あぶら じゃがいも さとう りんごゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ ツナ	にんじん たまねぎ だいこん れんこん しょうが にんにく ほうれんそう キャベツ きゅうり	○	○
18	すい	コッパン	牛乳	ホキフライ かいそうサラダ コーンとたまごのスープ	パン あぶら ぱんこ じゃがいも でんぷん こむぎこ ごま ごまあぶら	ぎゅうにゅう ホキ たまご ベーコン わかめ	にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり ちんげんさい コーン	○	3年 ×
19	もく	ごはん	牛乳	マーボーとうふ スティックセニョールのナムル スイートスプリング	こめ ごまあぶら さとう でんぷん ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ だいず みそ	にんじん たまねぎ ねぎ たけのこ しょうが にんにく スティックセニョール しいたけ もやし	○	○
20	きん	むぎごはん	牛乳	めざし たくあんのそくせきづけ こんさいのみそしる	こめ むぎ あぶら ごま さつまいも	ぎゅうにゅう とうふ あげ めざし いりこだし みそ	にんじん キャベツ だいこん ねぎ たくあんづけ	○	○
23	げつ	しょくぱん	牛乳	ポークシチュー ごぼうサラダ いちごジャム	パン あぶら ごま じゃがいも いちごジャム	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ	にんじん たまねぎ しめじ キャベツ きゅうり にんにく ごぼう	○	○
24	か	だいずにんじゃめし	牛乳	やさいたっぷりじる フルーツミックス	こめ むぎ あぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう ぶたにく ぎゅうにく だいず ベーコン	にんじん たまねぎ にんにく キャベツ トマト ピーマン ちんげんさい パイン みかん おうとう	○	○
25	すい	あげパン	牛乳	タイピーエン だいこんサラダ	パン あぶら さとう ごま はるさめ	ぎゅうにゅう ぶたにく いか かまぼこ うずらたまご わかめ きなこ	にんじん たまねぎ しょうが キャベツ きゅうり ねぎ だいこん	○	○
26	もく	だいすち-むどん	牛乳	ごまあえ だいこんのあったかじる	こめ さとう でんぷん じゃがいも ごま あぶら ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく あげ あつあげ ツナ だいず おから	にんじん たまねぎ きゃべつ ねぎ だいこん はくさい しいたけ もやし こまつな しょうが えだまめ	○	○
27	きん	むぎごはん	牛乳	タコライスみたいなれんこんかん やさいのみそしる デザート	こめ むぎ さとう でんぷん あぶら ガトーショコラ	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ だいず みそ あげ いりこだし	にんじん たまねぎ ピーマン にんにく しょうが ねぎ はくさい れんこん	○	○
30	げつ	パインパン	牛乳	はくさいのクリームに みずなとナッツのサラダ ポンカン	パン あぶら パター じゃがいも カシューナッツ	ぎゅうにゅう とりにく いんげんまめ ツナ ベーコン チーズ	にんじん たまねぎ はくさい だいこん みずな ポンカン	○	○
31	か	むぎごはん	牛乳	きびなごカリカリフライ ひじきあえ のっぺいじる	こめ むぎ あぶら さとう ぱんこ でんぷん ごま じゃがいも こんにゃく	ぎゅうにゅう きびなご ひじき とうふ とりにく ちくわ かつおこんぶだし	にんじん しいたけ だいこん ほうれんそう もやし ねぎ ごぼう	○	○

※献立・材料・実施の有無は都合により変更する場合があります。ご了承下さい。

おしょうがつの「かがみもち」



おしょうがつには、かみさまが「1ねんのしあわせをはこんできてくれる」と、いわれています。そのかみさまをむかえるためにおそなえするのが、「かがみもち」です。

「かがみもち」は、ひらたくてまるいかたちの「かがみ」のようにつくった「もち」を、おおきいものとちいさいものと2つつくり、かさねたものです。

「かがみもち」には、みかんのなかまの「だいたい」や、「うらじろ」といわれるシダのはなどを、かざりつけたりします。これらのかざりにはいみがあり、それぞれしあわせへのねがいが、こめられています。



「鏡開き」の、いわれ

鏡開きは、武家社会から始まった行事でした。そのため、鏡もちを包丁などの「はもの」で切ることは、切腹を連想させ、えんぎが悪いとされてきました。そこで、木づちなどで小さく割ることにしましたが、新年のおめでたいときに「割る」という表現もふさわしくないとされ、「開く」と言い換え、「鏡開き」といわれるようになりました。

かがみもちをいただき、1年間の無病息災を願うんだよ。

