

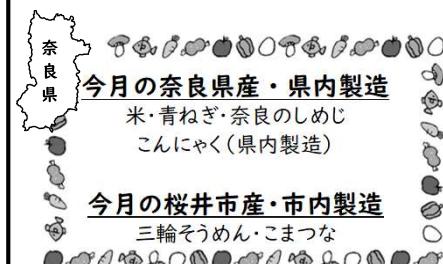
19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)
白ごはん 牛乳 あじの塩焼き あじの一夜干し ひじきの磯煮 干しひじき にんじん 鶏肉 むき枝豆 平天 うす揚げ こいくちしょうゆ 本みりん 三温糖 液体こんぶだし	5群 牛乳 鶏ごぼうごはんの具 鶏ひき肉 ごぼう にんじん むき枝豆 しょうが うすくちしょうゆ 本みりん 液体かつおだし 炒め油 厚焼きたまご 厚焼きたまご みぞれ汁 豚肉 にんじん 大根 にんじん ミニ絹揚げ 里いも 青ねぎ 酒かす みそ 白みそ 削り節パック	5群 牛乳 みぞらーメン ラーメン麺 豚肉 キャベツ たまねぎ にんじん 緑豆もやし ちゃんぽんかまぼこ しょうが ホールコーン すりおろしにんにく みそ トウバンジヤン こしよう 中華スープの素 揚げごようざ ぎようざ 揚げ油 パンパンジーサラダ チキンフレーク水煮 きゅうり 切干大根 にんじん パンパンジー・レッシング(個袋)	5群 牛乳 ちくわの磯辯揚げ ちくわ 天ぷら粉 青のり 揚げ油 ゆず大根 ゆず大根 カレーにゅうめん 三輪そうめん 牛肉 うす揚げ かまぼこ 奈良のしめじ にんじん たまねぎ 青ねぎ カレールウ1 カレールウ2 カレー粉 本みりん こいくちしょうゆ 液体かつおだし	5群 牛乳 ハンバーグのケチャップソース ハンバーグ トマトケチャップ 三温糖 ウスター・ソース コールスローサラダ キャベツ ホールコーン にんじん コールスロードレッシング ペニンのクリーム煮 ペニン 鶏肉 にんじん しめじ たまねぎ むき枝豆 スープストック こしよう 小麦粉 マーガリン 食塩 パルメザンチーズ 生クリーム 調理用牛乳 炒め油

全 国 学 校 給 食 週 間

26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)
～はじまりの給食～ 明治時代に始まった給食は、おにぎり、焼き魚、漬物でした。 焼き魚と漬物を使った炒め物が登場します。	～お正月献立～ 奈良県で食べられている「大和の雑煮」と、奈良県北部の郷土料理「かしわのすき焼き」が登場します。	～桜井市の姉妹都市の料理～ 桜井市の友好姉妹都市、フランスのシャルトル市で食べられる、マスタードやトマトを使ったソースをかけたポークカツが登場します。	～奈良県の郷土料理～ 奈良県で昔から食べられている「鶏の竜田揚げ」、「奈良のつپ」、「飛鳥汁」が登場します。	～給食生まれの人気メニュー～ 揚げパンは、実は給食が発祥のメニューです。昭和27年に東京の小学校で作られ、そのおいしさから今でも大人気のメニューです。
白ごはん 牛乳 鮭の塩焼き 鮭 豚肉と高菜の炒め物 豚肉 料理酒 ごま油 にんじん 切干大根 高菜漬け 白いりごま 三温糖 本みりん こいくちしょうゆ 根菜のみぞ汁 うす揚げ にんじん 大根 ごぼう じゃがいも 青ねぎ みそ 削り節パック	5群 白ごはん 牛乳 かしわのすき焼き 鶏肉 こんにゃく(糸) 白ねぎ 白菜 にんじん たまねぎ 焼き豆腐 えのきたけ 三温糖 本みりん 料理酒 こいくちしょうゆ 大和の雑煮 里いも 祝いだいこん 金時人参 小松菜 みそ 白みそ 削り節パック 焼きもち(個) きな粉(個袋)	5群 コッペパン ジョア ポークカツのシャルキュティエール風 ポークカツ 揚げ油 ソテードオニオン トマト水煮 粒マスタード 白ワイン 三温糖 マーガリン スープストック 米酢 花野菜サラダ ブロッコリー カリフラワー ノンエッグマヨネーズ(調理用) ジュリエンヌスープ 鶏肉 にんじん たまねぎ キャベツ えのきたけ 乾燥バセリ スープストック こしよう うすくちしょうゆ	5群 白ごはん 牛乳 鶏の竜田揚げ 鶏肉 三温糖 こいくちしょうゆ 料理酒 しょうが でんぶん 揚げ油 奈良のつپ 里いも にんじん こんにゃく(板) 干しいたけ 厚揚げ 大根 むき枝豆 うすくちしょうゆ 本みりん 三温糖 液体こんぶだし 飛鳥汁 鶏だんご うす揚げ 白菜 にんじん 奈良のしめじ 青ねぎ しょうが みそ 白みそ 調理用牛乳 削り節パック	5群 ミニな粉揚げパン ミニコッペパン(乳成分なし) 揚げ油 きな粉 グラニュー糖 食塩 牛乳 ミートスパゲティ スパゲティ 豚ひき肉 すりおろしにんにく オリーブ油 たまねぎ にんじん マッシュルーム水煮 トマト水煮 三温糖 赤ワイン トマトケチャップ ウスター・ソース スープストック ごぼうサラダ ごぼう にんじん むき枝豆 チキンフレーク水煮 ノンエッグマヨネーズ(調理用) 三温糖 うすくちしょうゆ チーズ チーズ(個袋)
今月の奈良県産・県内製造 米・青ねぎ・奈良のしめじ こんにゃく(県内製造)	今月の桜井市産・市内製造 三輪そうめん・こまつな	日本列島雑煮文化圏図 作図：伝承料理研究家 神戸山手大学教授 奥村彪先生 (参考文献) 「朝日たべもの百科」朝日新聞社 「家庭の郷土料理」婦人之友社 「dancyu」プレジデント社	日本列島雑煮文化圏図 赤味噌文化圏 小豆汁文化圏 すまし文化圏 白味噌文化圏 丸餅文化圏 角餅文化圏 分岐・フライ	奈良県では、汁からもちを取り出し、きな粉につけて食べる雑煮が有名です。 島根県では、あづきの煮汁に丸餅を入れた甘いお雑煮が有名です。 宮城県では、お椀からはみ出るほどの焼いた「ハゼ」をのせる「焼きはぜ雑煮」が有名です。 香川県では、いりこだしの白みそ仕立ての汁に、あんこ入りの丸餅を入れます。

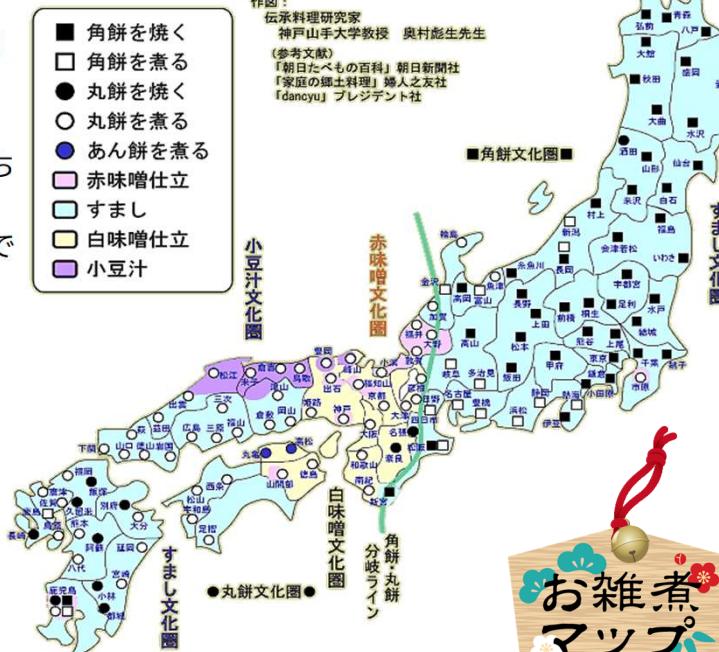
いろいろなお雑煮

お雑煮は、出汁や味付け、入れる食材など地域によって特色があります。
「もち」も、丸いもちや四角いもちを、焼いたり煮たり様々です。なかには、あんこが入ったもちを入れる地域もあります。
みんなの知っているお雑煮はどんなお雑煮ですか？



日本列島雑煮文化圏図

- 角餅を焼く
- 角餅を煮る
- 丸餅を焼く
- 丸餅を煮る
- あん餅を煮る
- 赤味噌仕立
- すまし
- 白味噌仕立
- 小豆汁



奈良県では、汁からもちを取り出し、きな粉につけて食べる雑煮が有名です。



島根県では、あづきの煮汁に丸餅を入れた甘いお雑煮が有名です。



宮城県では、お椀からはみ出るほどの焼いた「ハゼ」をのせる「焼きはぜ雑煮」が有名です。



香川県では、いりこだしの白みそ仕立ての汁に、あんこ入りの丸餅を入れます。