

# 1月 給食こんだて表

兵庫県立おこがわ特別支援学校

月	火	水	木	金
<p>明けまして おめでと ございませ</p> 		<p>8 <b>始業式</b> 11:30下校</p>	<p>9 ポークカレー ぎゅうにゅう とさずあえ</p>	<p>10 ごはん(すくなめ) ぎゅうにゅう やさいのかきあげ ワカメうどん</p>
<p>13 成人の日</p> 	<p>14 ごはん ぎゅうにゅう ポークチャップ ゆでブロッコリー コンソメスープ</p>	<p>15 コッペパン ぎゅうにゅう クリームシチュー ほうれんそうのソテー りんごゼリー</p>	<p>16 ごはん ぎゅうにゅう さばのカレーやき マカロニサラダ だいこんのみそしる</p>	<p>17 ごはん ぎゅうにゅう とりじゃが こまつなのいためもの</p>
<p>20 ごはん ぎゅうにゅう みそちゃんこなべ きんぴらだいず</p>	<p>21 ごはん ぎゅうにゅう とりのうめマヨやき ひじきのいために はくさいのみそしる</p>	<p>22 こがたパン ぎゅうにゅう ナポリタンスパゲティー こまつナサラダ ヨーグルト</p>	<p>23 ごはん ぎゅうにゅう アジフライ きゅうりとちくわの おかかマヨあえ けんちんじる</p>	<p>24 ごはん ぎゅうにゅう こうやどうふのたま ごとし いそべあえ</p>
<p>27 ★阪神の料理 ごはん ぎゅうにゅう とりのゆうあんやき こまつなごまあえ かすじる</p>	<p>28 ★播磨の料理 ごはん ぎゅうにゅう ひめじおでん ブロッコリーのツナ マヨやき</p>	<p>29 ★淡路の料理 コッペパン ぎゅうにゅう あわじたまねぎハン バーグ こふきいも レタススープ</p>	<p>30 ごはん ぎゅうにゅう さわらのたつたあげ ほうれんそうのおひたし じゃがいものみそしる</p>	<p>31 ごはん ぎゅうにゅう けいちゃんやき かきたまじる</p>

下線部は、兵庫県の郷土料理や県内産の食材を使用する予定の料理です。

※ 物資等の都合により、食材を変更する場合があります。

1月24日~30日



ぜんこくがっこうきゅうしよくしゅうかん  
全国学校給食週間

## 1月の目標

はし <sup>はし</sup> <sup>ただ</sup> <sup>つか</sup>  
お箸やスプーンを正しく使おう

はしを正しく持つことは食事マナーのひとつで、手先の器用さやこぼさずに食べることにもつながります。

はしがまだ使えない人から上手に使える人まで様々ですが、自分に合った食器具を使い、楽しくたべましょう。

下の図で、はしの持ち方を確認しましょう。

学校給食は、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけるための活動です。

全国学校給食週間は、このような学校給食の意義や役割について理解を深め、関心を高めるための週間です。

給食週間のうち三日間は、県内各地の郷土料理や県内産の食材を多く使った献立になっています。

## はしのもち方

①正しいえんぴつ  
の持ち方ではしを1  
本もつ。



②はしを「1の字」を書くよ  
うにたてにうごかす。



③もう1本のはしを親指のつけねか  
ら、中指とくすり指の間に通す。



④上のはしだけを動かすよ  
うに練習する。



Table with columns for days of the week (9日(木) to 23日(木)) and rows for food items and their quantities. Includes a '材料名および使用量 (g)' column on the left.

Table with columns for days of the week (24日(金) to 31日(金)) and rows for food items and their quantities. Includes a '材料名および使用量 (g)' column on the left. A large text box on the right contains information about '旬の食材' (Seasonal Ingredients) and '粕汁' (Kashu), along with an image of various vegetables and a bowl of soup.