



# きゅうメール

【日にち】

がつ むいか きん  
1月6日 (金)

ななくさ こんだて  
七草献立

【こんだて】

しゅじょく はん  
主食 ご飯

しゅさい とうふ やさい  
主菜 豆腐ハンバーグの野菜あんかけ

ふくさい ななくさ じり  
副菜 七草汁

キャベツのじゃこ炒め

ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう  
牛乳 牛乳



はいぜん す  
【配膳図】



きょう ちさん ちしょう  
【今日の地産地消】

ちづ ちよきん こめ たにくち  
智頭町産：米、さといも (谷口さん)

とっとりけんさん きゅうにゅう は  
鳥取県産：牛乳、にんじん、かぶ、かぶの葉、しろねぎ、だいこん、キャベツ

きゅうしょく  
【給食センターより】

きょう あたら とし きゅうしょく はじ ことし ねが  
今日から、新しい年の給食が始まりました。今年もよろしくお願ひします。

しんねん はじ がつ しょうがつ りょうり そうに  
新年の始まりとなる1月には、お正月にいただく「おせち料理」や「雑煮」など  
をはじめとした、この1年を無事に過ごせるように、家族の健康や幸せを願って食  
べられる様々な行事食があります。そのひとつに、1月7日に食べると良いとされ  
る行事食があります。それが七草がゆです。七草がゆは、7種類の若菜を入れたお  
かゆのことで、おかゆを食べて新年の無病息災を願ひます。今日の給食では、おか  
ゆの代わりに、七草が入ったお汁にしました。七草にまつわる行事食には、年末年  
始にごちそうを食べて疲れた胃腸をいたわる意味もあります。