

2020
令和2年

2

ニンゲウチ

●ジュウルクニチー 9日(旧1/16)

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
26	27	28	29	30	31	1 旧1/8 反引
2 旧1/9 先負	3 旧1/10 仏滅	4 旧1/11 大安	5 旧1/12 赤口	6 旧1/13 先勝	7 旧1/14 反引	8 旧1/15 先負
9 旧1/16 仏滅 ジュウルクニチー	10 旧1/17 大安	11 旧1/18 赤口 建国記念の日	12 旧1/19 先勝	13 旧1/20 反引	14 旧1/21 先負	15 旧1/22 仏滅
16 旧1/23 大安	17 旧1/24 赤口	18 旧1/25 先勝	19 旧1/26 反引 食育の日	20 旧1/27 先負	21 旧1/28 仏滅	22 旧1/29 大安
23 旧1/30 赤口 天皇誕生日	24 旧2/1 反引 振替休日	25 旧2/2 先負	26 旧2/3 仏滅	27 旧2/4 大安	28 旧2/5 赤口	29 旧2/6 先勝

2020 1

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

2020 3

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				



回転釜

回転釜とは、学校給食など一度に多くの食材を、炒めたり、煮たりする調理用機械で、お家で使われている、フライパンやお鍋の役割を果たしています。

なぜ回転釜と言われるかという、左右に傾けられ、回転する(回る)ことが出来るので回転釜と呼ばれています。

一つの釜で約1,000人分のスープや煮物、チャンプルーなどを作る大きさの回転釜は、直径が120cmで、一度に420Lのお湯を沸かすことが出来ます。回転釜のふちと同じ大きさの円を作って小学1年生が入って見たら、15名入る事が出来るほどの大きさでした。

チャンプルー

チャンプルーとは、うちなー料理の一つで炒め物の事です。「チャンプルー」はインドネシア語の「チャンプル:混ぜる」から、来た言葉とも言われています。

豆腐、野菜、豚肉などの材料を炒めた料理で必ず「豆腐」が入るうちなー料理の定番です。

豆腐は世界的にも注目をされている健康食品で、豆腐、野菜、豚肉が入ったチャンプルーは栄養バランスも良い料理になります。

ゴーヤチャンプルー、タマナー(キャベツ)チャンプルーなど、沢山の種類のチャンプルーがあります。お家の人に、我が家のチャンプルーをぜひ習ってくださいね。



給食は えいよう満てん フルコース
調理員さん みんなの胃袋 うばってく

渡嘉敷村立渡嘉敷中学校 3年1組 細川 慧之介

沖縄市立島袋小学校 4年1組 金城 このは

かたいちがな なんかしくわっち〜
沖縄県学校栄養士会

公益財団法人 沖縄県学校給食会

〒900-0029 沖縄県那覇市旭町115番地15 TEL (098)867-1493
E-mail: okigakkyu@okigakkyu.or.jp URL://www.okigakkyu.or.jp/
— 学校給食会ホームページでも「かたいちがな なんかしくわっち〜」をご覧ください —