

1月24日から30日は全国学校給食週間です!

1月は、全国学校給食週間にちなんで、全国各地のお雑煮、郷土料理、特産物を取り入れた献立を紹介いたします！



あけましておめでとうございます!

今年も子どもたちの成長と健康を願い、安心安全でおいしい給食作りに励みます!



お 雑 煮 い ろ い ろ

※もちをのどにつまらせないように、よくかんで食べましょう!

九州地方 27日(金) 熊本県の雑煮 だしはするめから!

四国地方 25日(水) 香川県の雑煮 雑煮に入っているのはあんもち!

中国地方 23日(月) 島根県の雑煮 岩のりがもちの上のつた上品な仕上がりに!

近畿地方 20日(金) 奈良県の雑煮 雑煮からもちを取り出し、きなこをつけて食べるのが特徴!

雑煮は地域の食文化によっていろいろあっておもしろい!

関東地方 16日(月) 東京都の雑煮 江戸川区小松川が名前の由来となった小松菜入り!

東北地方 30日(月) 青森県の雑煮 鶏がらスープで具だくさん!

Table with 4 columns: Date, Dish Name, Food Name, Allergens. It lists daily school lunch menus for January, including items like rice, miso soup, and various side dishes, along with their allergen information.

☆給食レシピ紹介☆ 1月30日(月)より あぶららのたまごとし. Includes ingredients list (たまご, あぶらら, 玉ねぎ, etc.) and cooking instructions.

【食品に関するアレルギーについて】 予立献立表には、毎日の献立名・食品名・食品に関するアレルギーを表示します。 【アレルギー表示対象品目】 表示義務づけ特定原材料(7品目) 卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに

日	献立名	食品名	食品に関するアレルギー	日	献立名	食品名	食品に関するアレルギー	日	献立名	食品名	食品に関するアレルギー
19日 (木)	食パン 牛乳	食パン 牛乳	5 2 小麦 乳	20日 (金)	ごはん 牛乳	ごはん 牛乳	5 2 乳	23日 (月)	ごはん 牛乳	ごはん 牛乳	5 2 乳
	ロモサルタード (牛肉とポテトの炒めもの)	牛肉 ホールトマト たまねぎ グリーンピース フレンチポテト こめ油 さとう おろしにんにく 赤ワイン コンソメスープ しょうゆ 塩 こしょう	1 3 4 3 5 6 5 小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆		根菜つくねバーグ	根菜つくねバーグ	1 鶏肉 小麦 大豆		きざみあなご	きざみあなご	1 大豆 小麦
	コンソメスープ	にんじん はくさい とうもろこし マカロニ コンソメスープ しょうゆ こしょう	3 4 4 5 小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆		小松菜の煮びたし	ちくわ 小松菜 にんじん さとう だしの素 しょうゆ みりん	1 3 3 3 5 小麦 大豆 さば 小麦 大豆		れんこんのきんぴら	れんこん にんじん こんにゃく 白いりごま さとう ゴマ油 だしの素 しょうゆ 清酒、みりん	4 3 5 6 5 6 小麦 大豆 ごま ごま さば 小麦 大豆
エネルギー	769kcal	たんぱく質	27.1g	エネルギー	884kcal	たんぱく質	32.5g	エネルギー	758kcal	たんぱく質	22.9g
24日 (火)	米粉パン 牛乳	米粉パン 牛乳	5 2 小麦 乳	25日 (水)	ごはん 牛乳	ごはん 牛乳	5 2 乳	26日 (木)	ナン 牛乳	ナン 牛乳	5 2 小麦 大豆 乳
	生駒の黒豆コロッケ	黒豆コロッケ こめ油	1 6 小麦 大豆 豚肉		かつおの角煮	かつおの角煮	1 大豆 小麦		キーマカレー	合挽ミンチ ミックス豆 にんじん たまねぎ しめじ じゃがいも カレールー リンゴピューレ トマトケチャップ ウスターソース コンソメスープ 赤ワイン こしょう	1 1 3 4 4 5 小麦 大豆 鶏肉 りんご 小麦 大豆 鶏肉
	野菜炒め	キャベツ もやし えりんぎ こめ油 コンソメスープ しょうゆ こしょう	4 4 4 6 小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆		おでんぶ	ちくわ 高野豆腐 味付金時豆 にんじん こんにゃく さとう だしの素 しょうゆ みりん	1 1 1 3 5 5 小麦 大豆 さば 小麦 大豆		花野菜サラダ	ブロッコリー カリフラワー ゆで塩	3 4 小麦 大豆 鶏肉
ササミのスープ	ササミ にんじん ほうれん草 大根 米粉マカロニ こめ油 コンソメスープ しょうゆ 塩、こしょう	1 3 3 4 5 6 小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆	香川県の雑煮	にんじん 大根 里いも 青のり粉 白みそ みそ だしの素	3 4 5 1 1 1 大豆 大豆 さば	パックマヨネーズ	マヨネーズ	6 大豆 卵 りんご			
ヨーグルト	ヨーグルト	2 乳	あんもち	あんもち	5 大豆	ぶどうゼリー	ぶどうゼリー	5			
エネルギー	811kcal	たんぱく質	34.1g	エネルギー	745kcal	たんぱく質	25.3g	エネルギー	709kcal	たんぱく質	26.2g
27日 (金)	ごはん 牛乳	ごはん 牛乳	5 2 小麦 乳	30日 (月)	ごはん 牛乳	ごはん 牛乳	5 2 乳	31日 (火)	黒糖パン 牛乳	黒糖パン 牛乳	5 2 小麦 乳 乳
	きびなごフライ 2尾	きびなごフライ こめ油	1 6 小麦 大豆		ハタハタの唐あげ	ハタハタの唐あげ こめ油	1 6 小麦 大豆		肉団子 3こ	肉団子	1 鶏肉 小麦 大豆
	浦上そば	豚肉 さつまあげ にんじん ごぼう こんにゃく さとう こめ油 しょうゆ 清酒、みりん	1 1 3 4 5 5 6 小麦 大豆		あぶらふの卵とじ	たまご たまねぎ ねぎ あぶらふ さとう こめ油 だしの素 しょうゆ みりん	1 4 3 3 5 6 卵 小麦 大豆		チンゲンサイのソテー	チンゲンサイ にんじん もやし こめ油 コンソメスープ しょうゆ こしょう	3 3 4 6 小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆
熊本県の雑煮	にんじん 大根 もやし もち するめいか だしの素 しょうゆ 塩 みりん	3 4 4 5 1 いか さば 小麦 大豆	青森県の雑煮	ちくわ 高野豆腐 にんじん 大根 ごぼう もち 鶏がらスープ しょうゆ 清酒	1 1 3 4 4 5 大豆 鶏肉 小麦 大豆	中華スープ	焼豚 とうふ にら たまねぎ たけのこ ゴマ油 中華スープ しょうゆ 清酒 こしょう	1 1 3 4 4 6 豚肉 小麦 大豆 大豆 ごま 小麦 大豆 鶏肉 豚肉 小麦 大豆			
エネルギー	800kcal	たんぱく質	26.3g	エネルギー	795kcal	たんぱく質	25.6g	エネルギー	764kcal	たんぱく質	28.5g

全国学校給食週間 1月24日~30日

学校給食は、明治22年、山形県の小学校で家が貧しくてお弁当を持ってこるののできない子どもたちへ昼食を出したのが始まりとされています。その後、学校給食は全国へと広がりましたが、戦時中は食料不足のため実施することができなくなることもありました。戦後再開され、今では様々な献立が登場するようになりました。

**給食の移り変わり**

◆明治22年

学校給食のはじまり。お寺の中に開校された山形県の小学校の献立。米飯と野菜や魚のおかずが中心でした。

◆戦後(昭和25年ごろ)

パン・ミルク・おかずが基本で、外国などから贈られた支援物資の脱脂粉乳や小麦などを使って作られました。

◆現在

郷土食や行事食を取り入れるなど、バラエティー豊かです。また、バランスの良い食事のお手本となるよう、「教材」としての役割も担っています。

感謝の心を持って食べましょう

いただきます

生き物の命をいただくことへの感謝

私たちがふだん何気なく食べている肉や魚、米、野菜などは、もとは生きていたものです。私たちはそれらの命をいただいて、自分の命を養っています。また、食事が出来上がるまでには、食材を育てたり、とったり、運んだり、調理したりと、たくさんの人が関わっています。

食事の際は、感謝の気持ちを込めて「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしましょう。きちんと片づけをすることが「ありがとう」の気持ちを表すことにつながります。食器などを大切に使う気持ちも持ちましょう。

ごちそうさま

食事を準備してくれた人への感謝