

1月の給食目標は
「給食について考えよう」



1月



学校給食予定献立表



食事をするときは「良い姿勢で、
よく噛んで」食べましょう！

令和7年度 第615号

だて歴史の杜食育センター TEL 0142-23-4019

月	火	水	木	金
献立名	材料名	献立名	材料名	献立名
あけましておめでとうございます 午				
「一月往ぬる二月逃げる三月去る」といわれてきたように、年度末に向けて月日が流れるのを早く感じる時期です。体調管理には気をつけて、1日1日を大切に過ごしてほしいと思います。				
14 豚汁	ごはん	15 コンソメスープ	ごはん	16 丼
19 大根と油揚げの味噌汁	20 春雨スープ	21 味噌ラーメン	22 クリームシチュー	23 わかめスープ
白身魚フライ	ビビンバ	餃子ロール	チキンロイヤルカツ	春巻き
プロッコリーのごまマヨ和え	27 黄金豚のハヤシライス	28 五目うどん	29 わかめごはん	30 ほたてカレー
26 おでん	26 麦入りごはん	27 茄でうどん	30 麦入りごはん	アロニア入りヨーグルト和え
厚焼き玉子	28 ハッシュポテト	29 ちくわのスパイス揚げ	31 ほうれん草のツナ和え	
ひき肉とニラの炒めもの		30 もやしとほうれん草のごま和え		

●牛乳は毎日つきます。
●都合により献立の一部を変更する場合があります。
●食材上段の数字は、上がエネルギー(Kcal)、下がたんぱく質(g)です。

●お魚には骨が付いている場合もあります。
ささらないよう取り除くなど注意して食べましょう。
●お玉、トング、ごはんへらは食具専用かごの中に入れてください。

※食物アレルギーの表記について
●■の中に日付が書いてある日は、卵・乳が使われている献立です。
●【 】内に特定原材料及び特定原材料に準ずるアレルギーを記載しています。
●茹でスパゲティーは、同一製造ラインで、卵、そばを使用する製品を製造しています。
●スライスパンは、同一製造ラインで、卵を使用する製品を製造しています。

塩分・脂質平均栄養価は

	エネルギーKcal	塩分g	脂質g
低学年	600	2.3	20.0
中学年	643	2.4	20.6
高学年	681	2.6	21.2
中学生	748	2.9	22.7

1月分の給食費の
口座振替日は
2月2日(月)です。
※残高不足に
ご注意下さい

1月24日～30日は、全国学校給食週間です！


1月24日～30日は、全国学校給食週間です！


全国学校給食週間(1月24日～30日)は、学校給食の大切さについてみんなで考える1週間です。給食がどのように始まり、どんな願いがこめられているのかを知り、地元の食材を使った料理を食べたりして、食べ物や作ってくれる人たちへの感謝の気持ちを深めるための取組です。今年度は、食育の指導の中で児童・生徒が立ててくれた献立と提供していただいたほたてを使用した献立を提供します。

給食の始まり・全国学校給食週間に提供する献立の詳細は裏面へ



給食について考えよう!

学校給食の始まり

明治22(1889)年、山形県の私立忠愛小学校で、貧しい子どもたちに食事を提供したのが始まりとされています。大正12(1923)年には、子どもたちの栄養状態を改善するため、学校給食が国から奨励されるなど、各地へ広がりましたが、戦時中は食料不足で中止せざるを得なくなりました。

支援物資による学校給食の再開

戦後、子どもたちの栄養状態の悪化を心配する声が高まり、昭和21(1946)年12月24日にLARA(アジア救援公認団体)から給食用物資の寄贈を受けて、翌年1月に学校給食が再開されました。

バラエティー豊かな献立内容に

昭和29(1954)年に「学校給食法」が成立したこと、実施体制が法的に整い、学校給食は教育活動として位置付けられました。主食はパンを中心でしたが、昭和51(1976)年に米飯(ご飯)が正式に導入されると、カレーライスや炊き込みご飯が登場し、献立内容が充実していきました。



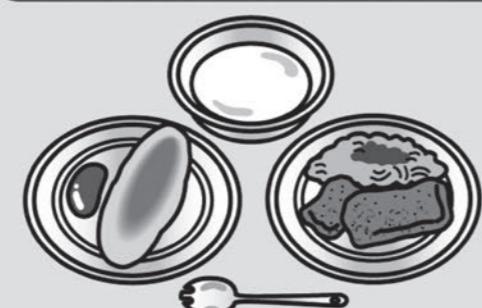
学校給食の移り変わりを見てみよう!

明治22年



私立忠愛小学校で提供されたとされる給食。

戦後(昭和20~30年代)



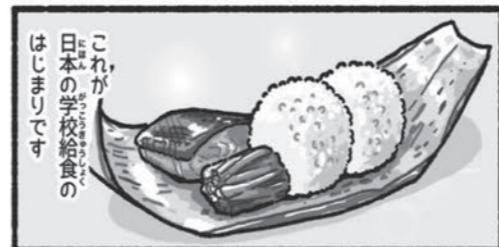
支援物資の脱脂粉乳や缶詰、小麦粉などを使った給食。

現在



地域でとれる旬の食材を取り入れ、郷土料理や行事食、世界の料理など、食育の教材となる給食。

学校給食のはじまり



～全国学校給食週間の献立～

26日(月) 星の丘小考案献立

- ・ごはん
- ・あでん
- ・厚焼き玉子
- ・ひき肉とニラの炒め物



アピールポイント
冬っぽくて和風なところ!

👍 寒い冬にピッタリでごはんが進む和風味の献立です

27日(火) 星の丘中考案献立

- ・麦入りご飯・黄金豚のハヤシライス
- ・ハッシュポテト



アピールポイント
好きなものを詰め込んで!

👍 一番人気のハヤシライスと相性が良いポテトにしました

28日(水) 関内小考案献立

- ・五目うどん
- ・ちくわの磯辺揚げ
- ・もやしとほうれん草のごま和え



アピールポイント
五大栄養素を取り入れて!

👍 たくさんの具材を使い、彩りやバランスが良い献立です。

29日(木) 伊達小考案献立

- ・わかめご飯
- ・鶏塩鍋
- ・真鯛のスパイス揚げ
- ・ほうれん草のツナ和え



アピールポイント
旬のものを入れて冬らしく!

👍 旬の真鯛や鍋を取り入れて季節感のある献立になっています。

30日(金) 地産地消の日

今月は、噴火湾のほたてを使った「噴火湾産ほたてカレー」と大滝産アロニアパウダーを使った「アロニア入りヨーグルト和え」です♪ほたては、「噴火湾胆振海区漁業振興推進協議会」様がほたての美味しさを子供たちに知つもらいたいという思いから無償提供していただきました。