

1月学校給食献立予定表

幼稚園・小学校版

日	曜日	主食	飲み物	おかず	赤 血や肉をつくるもの	黄 力や体温となるもの	緑 体の調子をよくするもの	1食分 - [kcal]	蛋白質 [g]	
9	木	ココア 揚げパン	牛乳	コーンシチュー ハンバーグ イタリアンソース 牛乳プリン	牛乳 鶏むね肉 脱脂粉乳 とろけるチーズ ハンバーグ	コッパン 油 上白糖 じゃがいも 米粉 ベシャメルソース 三温糖 オリーブ油 牛乳プリン	たまねぎ にんじん コーン クリームコーン トマト	765	30.2	
10	金	しゃくし 菜 ごはん	牛乳	沢煮椀 かぼちゃコロック フルーツのゼリー和え	ちりめんじゃこ 牛乳 かつお節パック 豚もも肉 糸かまぼこ	精白米 ごま油 ごま かぼちゃコロック 油 ダイスゼリー (みかん・白桃)	しゃくし菜漬け ごぼう にんじん だいこん 干ししいたけ たけのこ 糸みつば フルーツミックス	616	20.1	
14	火	ごはん	ジョア ストロ ベリー	大根のみそ汁 わらじかつ こまつなサラダ 和風ドレッシング	ジョア ストロベリー かつお節パック 生揚げ 玄米みそ 麦みそ 豚ロース ツナ	精白米 薄力粉 パン粉 油 三温糖 和風ドレッシング	にんじん だいこん 長ねぎ ほうれん草 コーン キャベツ こまつな	698	28.5	
15	水	わかめ ごはん	牛乳	ほうれん草のみそ汁 ぶりのみそ焼き 大根の煮物	炊き込みわかめ 牛乳 かつお節パック あさり 油揚げ 玄米みそ 麦みそ ぶりののみそ焼き	精白米 油 三温糖 片栗粉	だいこん にんじん ほうれん草 しょうが いんげん	587	26.0	
16	木	コッパン スライス	牛乳	ABCスープ メンチカツ フルーツのクリーム和え	牛乳 ベーコン メンチカツ ホイップクリーム	コッパン縦スライス 油 じゃがいも マカロニ	たまねぎ にんじん キャベツ ほうれん草 フルーツミックス	629	19.8	
17	金	ごはん	牛乳	豚汁 鮭の明太マヨネーズ焼き ほうれん草のおひたし ポトルしょうゆ いちごクレープ	牛乳 豚もも肉 油揚げ 麦みそ 玄米みそ さけ 明太子	精白米 油 マヨネーズ いちごクレープ	にんじん ごぼう だいこん はくさい 長ねぎ もやし ほうれん草	681	30.2	
20	月	地粉 うどん	牛乳	カレー南蛮の汁 大豆とじゃがいもの揚げ煮 グリーンサラダ 玉ねぎドレッシング	牛乳 鶏むね肉 なると ゆで大豆	地粉うどん 油 片栗粉 薄力粉 三温糖 じゃがいも 玉ねぎドレッシング	にんじん えのきたけ 長ねぎ こまつな キャベツ ほうれん草 きゅうり	602	26.1	
21	火	ごはん	牛乳	かきたま汁 みそかつ 五目煮豆	牛乳 かつお節パック 木綿豆腐 卵 鶏むね肉 麦みそ ゆで大豆 焼き竹輪	精白米 片栗粉 薄力粉 パン粉 油 じゃがいも 三温糖	にんじん たまねぎ えのきたけ 糸みつば ごぼう	708	38.0	
22	水	ごはん	牛乳	神川煮込みうどん 鮭の塩焼き ほうれん草のごま和え	牛乳 豚もも肉 なると 油揚げ 鮭 麦みそ	精白米 油 うどん すりごま 三温糖	にんじん だいこん 長ねぎ こまつな もやし ほうれん草	589	30.3	
23	木	子ども パン	牛乳	白菜と肉団子のスープ 鶏肉のカレー風味焼き クルトンサラダ サウザンドレッシング	牛乳 彩り野菜の肉団子 鶏もも肉	子どもパン 油 クルトン サウザンドレッシング	たまねぎ にんじん はくさい こまつな しょうが コーン キャベツ	621	29.0	
24	金	ごはん	牛乳	肉じゃが 白身魚フライ オレンジ	牛乳 豚もも肉 ホキフライ	精白米 油 じゃがいも こんにゃく 三温糖	しょうが にんじん たまねぎ いんげん オレンジ	681	26.9	
27	月	中華めん	牛乳	塩ラーメンスープ レバーの香り揚げ 春雨サラダ 中華ドレッシング	牛乳 豚もも肉 なると カットわかめ 豚レバー	ホット中華めん 油 ごま油 三温糖 片栗粉 はるさめ 中華ドレッシング	しょうが にんじん もやし コーン はくさい キャベツ きゅうり	625	32.9	
28	火	ごはん	牛乳	わかめスープ 鶏肉の中華風照り焼き チャージャン豆腐	牛乳 うすら卵 カットわかめ 鶏もも肉 麦みそ 豚もも肉 生揚げ	精白米 ごま ごま油 油 三温糖 片栗粉	にんじん 長ねぎ しょうが たけのこ 干ししいたけ	766	34.5	
29	水	ごはん	牛乳	鶏野菜ちゃんこ さばのみそ煮 水菜のおひたし ポトルしょうゆ	牛乳 鶏むね肉 油揚げ 麦みそ 玄米みそ さば	精白米 ごま油 ごま 三温糖	しょうが にんじん だいこん ごぼう はくさい 長ねぎ もやし 小松菜 きょうな	650	30.7	
30	木	セサミ パンズ	牛乳	ミネストローネ エビカツ ゆでブロックリー マヨネーズ	牛乳 ベーコン えびカツ	セサミパンズ 油 じゃがいも マカロニ 三温糖 マヨネーズ	セロリ たまねぎ にんじん トマト パセリ ブロッコリー	585	21.9	
31	金	ごはん	牛乳	野菜椀 いわしのかば焼 切干大根の炒め煮 黒糖福豆	牛乳 かつお節パック 油揚げ 麦みそ いわし 片栗粉 あさり 黒糖福豆	精白米 こんにゃく さといも 油 三温糖	ごぼう にんじん だいこん 長ねぎ しょうが 切干大根	691	28.1	
給食回数 16回 *太字の食材は、神川町の地産食材です。								1月の平均摂取量	656	28.3
材料入荷による多少の変更はご了承ください。								小学生(9~10歳)の摂取基準値	650	27.0



あけましておめでとうございます



年が明け2025年となりました。本年も引き続き、おいしく、安心・安全な給食を作り提供していきます。よろしくお祈りします。冬休み中は、日本の伝統文化に触れる機会も多かったのではないのでしょうか。正月料理には、豊作や無病息災などの願いが込められていますが、昔も今も、その願いは変わらないことを実感します。さて、今の学年やクラスで給食を食べるのもあとわずかです。給食時間を気持ちよく過ごせるようにしましょう！



全国学校給食週間

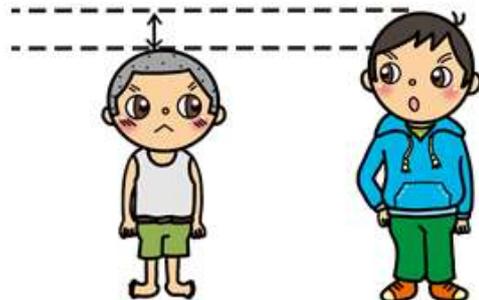
1月24日～30日は全国学校給食週間です。学校給食は、おなかをすかせた子どもたちのために、学校で昼ごはんを提供したことが始まりでした。現在では、健康に良い食事のとり方、地域の産業や食文化、食べ物とそれに関わる人への感謝の気持ちなど、さまざまなことを学ぶ教育的効果が期待される給食となりました。神川町の学校給食は、神川町で採れた野菜はもちろん、みそやしょうゆ、マヨネーズ、お米なども神川町産のものを使って給食を作っています。また、それぞれの季節にあった行事食や日本で昔から食べられている郷土食なども取り入れています。行事食や郷土食は、日本の食文化の中でとても大切なものです。日本で生活しているからこそ、様々な料理を知っておいてください。



昭和20(1945)年、戦争が終わったばかりの日本では食料が不足し、栄養不足の子どもたちがたくさんいました。給食も戦争で中断されたままでした。



そのころの小学6年生の体は、今の小学4年生くらいの大きさだったといいます。



この日本の様子を見て、外国から食べ物の援助がたくさん送られてきました。こうして昭和21(1946)年12月24日、学校給食がふたたび始まりました。



12月24日は学校が冬休みなので、1ヵ月遅らせた1月24日から「全国学校給食週間」が行われます。給食に感謝し、その意義と役割を再確認する1週間です。

