



1がつの給食こんだて予定表

<めあて>



令和6年度

日	こんだてめい		<きいろ> おもにエネルギーの もとになる食品	<あか> おもに体をつくる もとになる食品	<みどり> おもに体の調子を整える もとになる食品	エネルギー (和加明)	ひとくちメッセージ
	しゅしよく	牛乳 おかず					
9 木		なまふどうに さわらのしおやき くらまめ	こめ なまふ さとう	ぎゅうにゅう とりにく かまぼこ さわら くらまめ	にんじん はくさい みずな しいたけ	602	今日の給食ではお正月の料理を味わいましょう。雑煮には餅の代わりに生麩(なまふ)が入っています。梅の形が新春にぴったりですね。
10 金		とりのてりやき かぶのあまづけ とうふのみそしる	こめ もちきび さとう	ぎゅうにゅう とりにく こんぶ とうふ あぶらあげ わかめ みそ	だいこん かぶ にんじん たまねぎ えのきたけ ひろしまな みずな だいこんぼ	604	1月7日は「七草がゆ」を食べる風習があります。新しく芽吹いた若菜をいただき、1年を元気にすこしましようという意味があります。
14 火		マーボー豆腐 ちゅうかあえ	こめ むぎ さとう ごまあぶら ごま あぶら でんぷん	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく みそ やきがた	ねぎ しいたけ しょうが にんにく きゅうり もやし にんじん	644	体の成長と同じように、味覚も成長しています。苦手な食べ物も、苦手だと決めつけずに少しずつチャレンジしてみましょう。
15 水		チャンポン ショーロンポウ	キャロットパン ちゅうかめん あぶら こむぎこ	ぎゅうにゅう ぶたにく てんぱら かまぼこ	にんじん たまねぎ もやし きくらげ ねぎ キャベツ	606	給食のチャンポンは、朝からコトコト、鶏がらを煮出してつくったスープに、たっぷりの肉や野菜が入った美味しい麺料理です。
16 木		にくじゃが だいこんとツナのサラダ	こめ むぎ じゃがいも さとう あぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく ツナ	にんじん たまねぎ こんにやく いんげん だいこん きゅうり	649	肉じゃがの肉は西日本では牛肉、東日本では豚肉を使うことが多いと言われます。今日は東日本風の豚肉じゃがを味わいましょう。
17 金		おからのマヨネーズサラダ はるさめじる	こめ むぎ さとう あぶら マヨネーズ はるさめ	ぎゅうにゅう とりにく おから ハム かまぼこ とうふ	しょうが にんじん たまねぎ えだまめ えのきたけ ねぎ	588	そばろとは、食材を味つけしながらパラパラになるまで炒ったもの事です。今日のご飯には、鶏肉で作ったそばろを混ぜています。
20 月		ふゆやさいのこめこシチュー コーンサラダ いちご&マーガリン	ワンローフパン じゃがいも (バター)こめこ さとう あぶら いちごジャム マーガリン	ぎゅうにゅう (とうにゅう) とりにく しろいんげん チーズ	かぶ はくさい ほうれんそう にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり コーン レモン	596	シチューのホワイトルーは小麦粉で作るのが基本ですが、今日は米粉のシチューです。あたたかいうちに食べてください。
21 火		【明治の給食】 やきししゃも おひたし さといものみそしる	こめ むぎ さとう さといも	ぎゅうにゅう ししゃも かつおぶし みそ とうふ あぶらあげ	こまつな もやし にんじん きりぼしだいこん キャベツ ねぎ	532	1月24日～30日の全国学校給食週間にちなみ、今週は特別献立を味わいましょう。まずは給食が始まった明治時代の給食です。
22 水		【昭和の給食】 マカロニスープ ウインナーとやさしいいためもの	コッペパン あぶら さとう マカロニ	ぎゅうにゅう きなこ ベーコン ウインナー	にんじん たまねぎ キャベツ パプリカ パセリ	599	昭和20年代、戦争のため中断されていた給食が食料支援を受けて再開しました。当時は大きなコッペパンが中心の献立でした。
23 木		【平成の給食】 ビーフカレー なのはなのごまマヨあえ	こめ むぎ じゃがいも あぶら こむぎこ バター (マーガリン) ごま マヨネーズ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく チーズ ちくわ	にんじん たまねぎ しょうが にんにく なのはな キャベツ もやし トマト	652	昭和50年頃から給食で「ご飯」が出るようになり、カレーライスが献立に登場しました。平成時代には「ご飯給食」の回数も増えました。
24 金		【岡垣の日給食】 みずたきふうじる おかがきサンサンサラダ	こめ おかがき産 さとう あぶら マロニー	ぎゅうにゅう とりにく とうふ ハム	ごぼう にんじん はくさい えのきたけ ねぎ しゅんぎく ブロッコリー だいこん レモン	576	「波津ごはん」は岡垣町の郷土料理、「岡垣サンサンサラダ」は、岡垣町の食材を使ったサラダです。昨年度、町内の小学生の応募でサラダの名前が決まりました。
27 月		セルフサンド (ポテトやさしいサラダ・チーズ) ミルフアンティ(ようふうかきたまスープ)	しよくパン じゃがいも マヨネーズ パンこ あぶら	ぎゅうにゅう ハム チーズ ベーコン たまご	にんじん キャベツ コーン たまねぎ パセリ	602	給食の前には、ていねいに手を洗っていますか。ピッカピカの清潔な手で、パンにサラダとチーズをはさんで食べてみましょう。
28 火		きつねうどん チップスサラダ	こめ うどん さとう あぶら ポテトチップス	ぎゅうにゅう わかめ あぶらあげ とりにく	たまねぎ にんじん ねぎ キャベツ きゅうり	581	だしの「うまみ」にはリラックス効果があります。給食室でかつお節と昆布から丁寧にとった、うどんの「だし」を味わいましょう。
29 水		ポテトミートグラタン やさしいスープ	ロールパン じゃがいも ペンネマカロニ こむぎこ バター(マーガリン) あぶら	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ぶたにく とりにく チーズ	たまねぎ にんじん キャベツ パセリ トマト	609	手作りのグラタンは、人気のメニューです。ミートソースを作り、ゆでたじゃが芋とマカロニを混ぜて鉄板に広げ、チーズをかけてオーブンで焼きます。
30 木		こうやどうふのうまに きりぼしだいこんのあえもの ふりかけ	こめ むぎ じゃがいも さとう あぶら	ぎゅうにゅう とりにく ハム こうやどうふ	しいたけ いんげん もやし にんじん たまねぎ こんにやく きりぼしだいこん きゅうり	601	高野豆腐(こうやどうふ)は豆腐を凍らせた後、乾燥させて作ります。日本に昔から伝わる保存食です。
31 金		あじのこうみやき そくせきづけ はくさいのみそしる	こめ むぎ ごまあぶら ごま さとう	ぎゅうにゅう あじ とうふ あぶらあげ わかめ みそ	にんにく キャベツ こまつな にんじん たくあん はくさい たまねぎ しめじ	563	箸(はし)をきちんと使えていますか? 食べものと私たちが橋渡しする「箸」を上手に使って、きれいに食べましょう。

〇のついたものは、おかがきまち(またはおかがきまちしゅうへん)でつくられたものです。

※材料の都合で献立を変更することがあります。

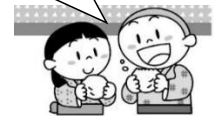
※かまぼこなどの練り製品、ハムなどの肉加工品は、卵の入っていない製品を使用しています。

1月24日～30日は
「全国学校給食週間」

岡垣町イメージキャラクター「びわりん&びわすけ」



〇のイラストのある4日間(21日～24日)は、給食の歴史や郷土料理を学ぶ献立にしました。給食は多くの人に支えられて皆さんのところへ届いています。感謝の心を忘れないようにしましょう。



～学校給食の歴史～



明治22年
「おにぎり、塩鮭、漬物」



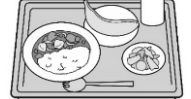
昭和17年
「すいとん」



昭和22年
「脱脂粉乳、シチュー」



昭和27年
「コッペパン、ジャム、脱脂粉乳、
鯨の竜田揚げ、千切りキャベツ」



昭和52年
「カレーライス、牛乳、
サラダ、バナナ」