



[1がつこんだてよてい表]



2024年 1月度

1(小学校)

日	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	その他	エネルギー 蛋白質 脂質 しお相当量
10 水	ごはん		<ぎゅうにゅうD>	こめ			680 kcal
	ハンバーグ		(ぶたにく, とりにく)	(でんぷん, あぶら)	(たまねぎ)	(しお)	24.7 g
	マカロニのトマトソースに		ぶたにく, とりにく, チーズD	マカロニA, オリーブあぶら	にんにく, にんじん, たまねぎ, しめじ, えだまめ, トマト	ケチャップ, しお, こしょう, やさい フイヨン, ちゅうのうソース	25.1 g
	ビーンズポタージュ		ベーコン, いんげんA, 豆, ぎゅうにゅうD なまクリームD	あぶら	たまねぎ, にんじん, クリームコーン, パセリ	しお, こしょう, ホワイト ルー	2.2 g
11 木	ごはん	お正月料理	<ぎゅうにゅうD>	こめ			578 kcal
	さばのみそに		(さば, みそ)	(さとう, でんぷん)			21.3 g
	こうはくなます		かつおぶし	さんおんとう	だいこん, にんじん, ゆず	しお, す, しょうゆ	18.1 g
	そうに		とりにく, かまぼこ	しらたまもち	はくさい, にんじん, ごぼう, みずな, しいたけ	さけ, しょうゆ, かつおぶし, こ んぶだし	1.9 g
12 金	ごはん		<ぎゅうにゅうD>	こめ			565 kcal
	やさしいしょうまい		(とうふ, きよにく, たまごC, だいず)	(さとう, こむぎこA, でんぷん, あぶら)	(にんじん, いんげん, ねぎ, たまねぎ, キャベツ, たけのこ)	(しお, しょうゆ)	21.9 g
	ぶたにくとピーマンのオ イスターソースいため		ぶたにく	さんおんとう, でんぷん, ごまあぶら	たけのこ, にんじん, ピーマン, たまねぎ, しょうが, にんにく	しょうゆ, さけ, オイスター ソース	8.7 g
	たまごとコーンのスープ		ベーコン, たまごC	ごまあぶら, でんぷん, あぶら	にんじん, たまねぎ, コーン, クリーム コーン, パセリ	しょうゆ, しお, こしょう, とりがら	1.7 g
15 月	むぎごはん		<ぎゅうにゅうD>	こめ, むぎ			621 kcal
	シシリアン (やきにく)		ぶたにく	さんおんとう, でんぷん, あぶら	しょうが, にんにく	さけ, みりん, しょうゆ りんごピューレ	26.3 g
	シシリアン (やさしい1しよくたま ごめきマヨネーズ)			あおじそドレッシング 1しよくたまごめきマヨネーズ	キャベツ, きゅうり, パプリカ	しお	22.4 g
	やさしいスープ		とりにく	マカロニA, あぶら	にんじん, たまねぎ, はくさい, だいこん, エリンギ, ブロッコリー	やさしいフイヨン, しお, こ しょう	1.5 g
16 火	ごはん		<ぎゅうにゅうD>	こめ			546 kcal
	まぜごはんのぐ		とりにく, ひじき	こんにゃく, さんおんとう, あぶら	にんじん, ごぼう, しいたけ, いんげん	みりん, さけ, しょうゆ, し お	20 g
	ちくわのゆかりあげ		ちくわ	こむぎこA, でんぷん, あぶら		ゆかり	16.7 g
	きつねうどん		あぶらあげ	さんおんとう, うどんA	たまねぎ, にんじん, しめじ, ねぎ	しょうゆ, みりん, さけ, しょう ゆ, かつおぶし, こんぶだし	2 g
17 水	むぎごはん	ハッピーにんじん	<ぎゅうにゅうD>	こめ, むぎ			568 kcal
	こんさいカレー		ぶたにく	じゃがいも, あぶら	たまねぎ, ごぼう, れんこん, にんじん, しょう が, にんにく	カレールー, ケチャップ, ウスター ソース, しょうゆ, りんごピューレ	18.6 g
	ブロッコリーのサラダ			やさしいっぱいドレッシング	ブロッコリー, キャベツ, にんじん, コー ン	しお	17.5 g
							2.2 g
18 木	ごはん		<ぎゅうにゅうD>	こめ			573 kcal
	あじひらきのからあげ		まあじ	あぶら		しお	25.7 g
	みぞれあえ		ローズハム	さんおんとう	だいこん, ほうれんそう, はくさい, にん じん	す, しょうゆ, みりん, しお	18 g
	こうやとうふのうまに		とりにく, こうやとうふ	さといも, こんにゃく, さんおんとう, あ ぶら	ごぼう, にんじん, いんげん, しいたけ	みりん, さけ, しょうゆ, か つおぶし	2 g
19 金	むぎごはん		<ぎゅうにゅうD>	こめ, むぎ			564 kcal
	ぶたキムチどんぶりのぐ		ぶたにく	ごまあぶら, ごま	たまねぎ, もやし, はくさい, はくさいキ ムチ	さけ, しお, こしょう, しょうゆ	24.7 g
	ぎょうざ		(ぶたにく)	(こむぎこA, でんぷん, さとう, ごまあぶら, あぶ ら)	(キャベツ, たまねぎ, はくさい, しょうが, にんに く)	(しお, きよかいエキス, しょう ゆ)	18.4 g
	ちゅうかたまごスープ		ぶたにく, たまごC	ごまあぶら, でんぷん	たまねぎ, ちんげんさい, しめじ, コーン, ク リームコーン	とりがら, しお, こしょう, しょ うゆ	1.7 g

【加工食品に含まれるアレルギー物質となる特定原材料の使用状況】 * 該当食品の右横に表示 A:小麦 B:そば C:卵 D:乳・乳製品 E:落花生 F:えび、かに
 ※調味料及びコンタミ等に由来するものについてはこれまで通り表示していませんので、食物アレルギー等で詳しい資料が必要な方は学校へお申し出ください。
 ※コンタミとは、食品を製造する際に、原材料としては使用していないにも関わらず特定の原材料などが、製造過程の中で混入してしまう可能性があることです。
 ★しらす干しは、カニ、エビ、イカ等が混ざる漁法で採取されていますので混入の可能性があります。

給食の達人 (たつじん) を目指そう!

あけましておめでとうございます。
 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、
 今年の干支である「たつ (辰)」にちなみ、一人一人が給食の「たつ (達)」人を
 目指してみませんか?





[1がつこんだてよてい表]



2024年 1月度

2(小学校)

日	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	その他	エネルギー 蛋白質 脂質 しお相当量	
22月	ごはん		<ぎゅうにゅうD>	こめ			690 kcal	
	とりにくのこうそうやき	○	とりにく	オリーブあぶら		さけ,シーズニングパウダー	25.9 g	
	ポテトサラダ		チーズD	じゃがいも,たまごぬぎマヨネーズ	きゅうり	りんごす,こしょう,しお	20.2 g	
	ミネストローネ		ぶたにく	もちむぎ,さんおんとう,あぶら	にんにく,たまねぎ,にんじん,キャベツ,しめじ,パセリ,トマト	ケチャップ,しお,こしょう,ワイン,やさいパイオン	1.2 g	
23火	ごはん		<ぎゅうにゅうD>	こめ			647 kcal	
	かぼちゃさつまいもコロッケ	○	(ぶたにく,とうにゅう)	あぶら(さつまいも,はんこA,じゃがいもさとう)	(かぼちゃ,にんじん,ほうれんそう,たまねぎ)	(ワイン,しお,こしょう)	21.2 g	
	みずなのナッツいりサラダ		ロースハム	やさしいっぱいドレッシング,アーモンド	キャベツ,きゅうり,にんじん,みずな	しお	22.8 g	
	はくさいのクリームに		とりにく,ぎゅうにゅうD	じゃがいも,あぶら	にんじん,はくさい,たまねぎ,しめじ,えだまめ	ポタージュベース,しお,こしょう,ホワイトベース,ホワイトルー	1.6 g	
24水	ごはん		<ぎゅうにゅうD>	こめ			544 kcal	
	さけのしおやき	○	さけ	給食週間 1月24日~30日まで。			しお	24.4 g
	たくあんあえ			ごま,さんおんとう	たくあん,にんじん,きゅうり,だいこん	しょうゆ,しお	16.0 g	
	ぐたくさんみそしる		あつあげ,わかめ,みそ	さつまいも	はくさい,たまねぎ,こまつな	にほしだし	2.9 g	
25木	ごはん		<ぎゅうにゅうD>	こめ			588 kcal	
	とりのごまやき	○	とりにく	ごま,あぶら	にんにく,しょうが	さけ,しょうゆ	28.5 g	
	おからにしめ		おから,ぶたにく,さつまあげ	さんおんとう,あぶら	はくさい,にんじん,しいたけ,ねぎ	みりん,しょうゆ	20.1 g	
	かきたまじる		たまごC	ぶA,でんぶん	にんじん,えのきだけ,たまねぎ,みずな	しお,しょうゆ,かつおだし,こんぶだし	1.8 g	
26金	ごはん		<ぎゅうにゅうD>	こめ			630 kcal	
	とうふとだいずのフライ	○	(とうふ,だいず,イトヨリすりみ,あおさ)	あぶら(ぼんこA,さとう,こめこ,ごま)	(たまねぎ,しいたけ,にんじん)	(しお,かつおぶしエキス,しょうゆ)	22.4 g	
	おみつけふう			ごま,さんおんとう	こまつな,キャベツ,だいこん,にんじん,しょうが	しょうゆ,しお	21.7 g	
	いもに		ぎゅうにく	さといも,こんにやく,あぶら,さんおんとう	にんじん,ごぼう,しめじ,ねぎ	さけ,みりん,しょうゆ,かつおぶし	1.6 g	
29月	むぎごはん		<ぎゅうにゅうD>	こめ,むぎ			578 kcal	
	コーンチャーハンのく	○	ウイナー	あぶら,ごまあぶら	にんじん,たまねぎ,コーン	しお,こしょう,やさいパイオン	17.1 g	
	ごぼうサラダ			ごまドレッシングC	ごぼう,にんじん,きゅうり	しお,こしょう	19.2 g	
	ポタージュスープ		まめA-ス,とうにゅう	じゃがいも,あぶら	たまねぎ,にんじん,パセリ	やさいパイオン,ポタージュベース,しお,こしょう	2 g	
30火	ごはん		<ぎゅうにゅうD>	こめ			635 kcal	
	さばのみりんつけやき	○	さば	さんおんとう		ぎょしょう,しお,みりん,しょうゆ	25.6 g	
	はくさいのごまあえ			ごま,さんおんとう	はくさい,ほうれんそう,にんじん	しょうゆ,しお	26.7 g	
	だごじる		とりにく,あぶらあげ,	しらたまご,こむぎこA	にんじん,ごぼう,たまねぎ,ねぎ,しめじ	にほしだし,しお,さけ,みりん,しょうゆ	1.9 g	
31水	ごはん		<ぎゅうにゅうD>	こめ			634 kcal	
	てりやきチキン	○	とりにく	さんおんとう	しょうが	しょうゆ,みりん,さけ	25 g	
	ポテトのチーズに		ウイナー,チーズD	じゃがいも,あぶら	にんじん,パセリ	やさいパイオン,しお,こしょう	24.7 g	
	パスタスープ		ベーコン	マカロニA	にんじん,ほうれんそう,たまねぎ,キャベツ	しお,やさいパイオン,こしょう	1.5 g	

ぎゅうしよく れきし こんだて へんせん

1/24~1/30 全国学校給食週間 給食の歴史&献立の変遷



学校給食の起源は、明治22(1889)年にさかのぼります。山形県の大督寺というお寺の中にあった小学校で、お弁当を持ってこれない子どもたちに、昼食を無償で提供したことが始まりとされています。その後、全国へと広がりましたが、戦争による食料不足などの影響で中断されてしまいました。

★昭和21(1946)年12月24日に物資の贈呈式が行われたことから、この日を「学校給食感謝の日」としましたが、冬休みと重なるため、昭和25(1950)年度からは1月24日~30日を「全国学校給食週間」とすることが定められました。

