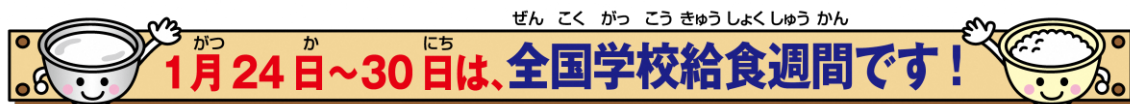


1月 給食だより

令和6年12月
編集発行
守口市教育委員会
守口市学校給食協会



学校給食は、明治22年、山形県の小学校で始まりました。戦争によって中止されながらも、さまざまな歴史をたどり、現在まで続いています。「全国学校給食週間」は、戦後にアメリカの支援団体からの援助により、学校給食が再開されたことを記念して定められたもので、学校給食の意義や役割について理解を深め、関心を高めることを目的としています。

現在の学校給食は、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に

つけるために、さまざまなことを学ぶ「生きた教材」としての役割を担っています。



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 旬の食材や郷土料理、行事食、世界の料理などを取り入れた、食育の教材となる給食。
---	--	---



1月には、これから始まる1年を無事に過ごせるようにと願いを込めた、行事や行事食がたくさんあります。日本や地域、家庭に伝わる食文化を大切に受け継いでいきたいですね。



★1月10日の給食は、ごはん・牛乳・たまごトックスープ・みずなのおひたし・たづくりのお正月献立です。

★「トックスープ」は韓国風のお雑煮です。



世界の料理

◎今月の世界の料理は、1月21日に登場する「フォー」で、ベトナムの料理です。

◎「フォー」は、米粉をつかった平たい麺です。

「ガー」は鶏肉を意味しており、「フォーガー」とは、鶏のスープで仕立てた麺料理のことです。

◎ベトナムには、「フォー」以外にも、縮れ麺の「ブン」や、ベトナムの春雨「ミエン」など、色々な麺があります。

令和7年1月分

学 校 給 食 献 立 表

1/10 金 ～ 1/31 金

★は茶わんの日、◆は新献立のある日です

実 施 日	献 立 名	食 品 名	実 施 日	献 立 名	食 品 名
1/10 金 ★ はし	ごはん 牛乳 たまごトックスープ みずなのおひたし たづくり	【米 【トック、とり肉、たまご、はくさい、にんじん、みつば、干しいたけ、油、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ濃、塩、〈水〉 【ちくわ、みずな、にんじん、干しわかめ、土しょうが、白ごま、しょうゆ濃、酢、みりん 【ごまめ、三温糖、しょうゆ濃、みりん、白ごま	1/23 木 ★ はし	ごはん 牛乳 豚肉と厚揚げの炒め煮 焼きししゃも	【米 【ぶた肉、あつあげ、はくさい、こまつな、にんじん、油、しょうゆ濃、三温糖、みりん 【ししゃも、油
1/14 火	げんまいごはん 牛乳 こんさいカレー フルーツミックス	【米、げんまい 【ぶた肉、たまねぎ、だいこん、さつまいも、にんじん、れんこん、にんにく、土しょうが、油、ポーンストック、小麦粉、マーガリン、純カレー粉、しょうゆ濃、ウスターソース、ケチャップ、チャツネ、塩、三温糖、こしょう、ペイリーフ、〈水〉 【みかん、パイナップル、黄桃、シロップ	1/24 金 ★ はし	ゆかりご飯 牛乳 すまし汁 かきあげ	【米、ゆかり粉 【とり肉、かまぼこ、はくさい、にんじん、ねぎ、干しわかめ、しょうゆ濃、みりん、塩、けずりぶし、〈水〉 【ちくわ、たまねぎ、にんじん、さやいんげん、小麦粉、塩、〈水〉、油
1/15 水 ★ はし	ごはん 牛乳 ピリ辛肉じゃが あえもの	【米 【ぶた肉、つきこんにやく、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ニラ、土しょうが、にんにく、白ごま、油、しょうゆ濃、赤だしみそ、三温糖、トウバンジャン、ごま油、〈水〉 【ふともやし、ほうれんそう、にんじん、酢、しょうゆ濃、砂糖、ごま油、塩	1/27 月	ミニパン 牛乳 マカロニミートソース フレンチサラダ	【ミニパン 【ペンネ、ぶたひき肉、たまねぎ、にんじん、にんにく、粉チーズ、油、ケチャップ、トマトピューレ、ウスターソース、赤ぶどう酒、とんかつソース、塩、こしょう 【キャベツ、きゅうり、にんじん、セロリー、酢、サラダ油、砂糖、しょうゆ濃、塩、こしょう
1/16 木	コーンピラフ 牛乳 かぼちゃのポターージュ サーモンのムニエル	【米、コーン、にんじん、油、とりがらスープ、しょうゆ濃、塩、こしょう、〈水〉 【ベーコン、たまねぎ、にんじん、パセリ、油、牛乳、かぼちゃポターージュ、塩、こしょう、ペイリーフ、〈水〉 【鮭、塩、こしょう、小麦粉、油、マーガリン	1/28 火	ごはん 牛乳 マーボー豆腐 あまずあえ	【米 【ぶたひき肉、とうふ、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、ねぎ、土しょうが、油、ポーンストック、赤だしみそ、しょうゆ濃、三温糖、酒、とうがらし、ごま油、でんぶん、〈水〉 【ツナ、きゅうり、干しわかめ、酢、砂糖、しょうゆ濃、みりん
1/17 金 ★ はし	ごはん 牛乳 すまし汁 大根としめじのそぼろあん ずんだもち	【米 【とり肉、かまぼこ、はくさい、えのきたけ、にんじん、みつば、しょうゆ濃、みりん、塩、けずりぶし、〈水〉 【ぶたひき肉、だいこん、しめじ、土しょうが、しょうゆ濃、酒、みりん、三温糖、でんぶん、けずりぶし、〈水〉 【ずんだもち	1/29 水	チキンライス 牛乳 ポトフ 白菜とひじきのサラダ	【米、とり肉、たまねぎ、にんじん、コーン、マッシュルーム、ケチャップ、トマトピューレ、油、塩、こしょう、〈水〉 【ウインナー、ぶた肉、たまねぎ、キャベツ、じゃがいも、にんじん、パセリ、油、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ濃、塩、こしょう、ペイリーフ、〈水〉 【はくさい、きゅうり、にんじん、はなかつお、めひじき、サラダ油、しょうゆ濃、酢、塩
1/20 月	ミニクロワッサン 牛乳 白菜シチュー ジャーマンポテト	【クロワッサン 【とり肉、白ぶどう酒、はくさい、たまねぎ、にんじん、油、牛乳、粉チーズ、小麦粉、マーガリン、とりがらスープ、塩、こしょう、ペイリーフ、〈水〉 【じゃがいも、油、ベーコン、たまねぎ、パセリ、にんにく、塩、こしょう	1/30 木 ★ はし	わかめごはん 牛乳 焼豚スープ チヂミ くだもの	【米、干しわかめ、塩、白ごま、〈水〉 【やきぶた、はるさめ、はくさい、チンゲンサイ、にんじん、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ濃、塩、こしょう、〈水〉 【いか、はくさいキムチ、ニラ、小麦粉、ながいも、とりがらスープ、塩、〈水〉、ごま油、しょうゆ濃、酢、ごま油 【ぼんかん
1/21 火 ★ はし	ごはん 牛乳 フォーガー 大根サラダ	【米 【とり肉、フォー、たまねぎ、もやし、ねぎ、土しょうが、とりがらスープ、しょうゆ濃、レモン、酒、塩、こしょう、〈水〉 【ツナ、はなかつお、だいこん、きゅうり、白ごま、酢、しょうゆ濃、ごま油、砂糖	1/31 金 ★ はし	ごはん 牛乳 かき卵汁 いわしのかば焼き風 そくせきづけ ふく豆	【米 【とり肉、たまご、かまぼこ、はくさい、にんじん、みつば、しょうゆ濃、みりん、塩、けずりぶし、〈水〉 【いわし、でんぶん、油、レモン、しょうゆ濃、みりん、三温糖 【だいこん、白ごま、しょうゆ濃、塩 【ふくめ
1/22 水	ミニバターパン 牛乳 ボークビーンズ ごまドレッシングあえ	【ミニバターパン 【ぶた肉、だいず、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、とりがらスープ、トマトピューレ、チリソース、ケチャップ、ウスターソース、砂糖、塩、こしょう、でんぶん、〈水〉 【いか、キャベツ、きゅうり、もやし、にんじん、白ごま、酢、しょうゆ濃、砂糖、サラダ油	●パンは、個包装にされたものが提供されます。持ち帰りは出来ません。 ●魚には骨がありますので、気を付けてよくかんで食べましょう。 ●今年度の節分は2月2日で日曜日のため、1月31日が節分献立です。 ●毎月の給食だよりや献立表は、教育委員会のホームページからご覧いただけます。 ●都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承をお願いします。		



児童1人1回あたり
平均栄養量

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	亜鉛 mg	ビタミンA μgRAE	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食塩 g
学年 1・2年	482	20	16.8	310	69	1.6	2.4	193	0.34	0.48	22	1.6
学年 3・4年	552	22.6	18.6	328	80	1.9	2.7	220	0.4	0.51	27	2
学年 5・6年	625	25.4	20.6	349	91	2.2	3.1	248	0.46	0.56	31	2.3