

学校給食献立予定表

千早赤阪村教育委員会
千早赤阪村学校給食会

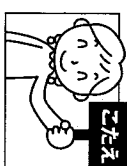
平成28年 1月分

月 火 水 木 金

お正月クイズ

正しいのはどっち?

お正月の料理についてのクイズです。AとB、どちらが正しいか考えて、正しい方を○で囲みましょう。



Q1 おせち料理で、「田作り」はどっち?
A あまい黒豆
B あまからい小魚

Q2 おせち料理の「だて巻」にはどんな願いがこめられている?
A 家族仲良く
B 頭がよくなる

Q3 おせち料理で、財運が増えるように願って食べる「栗きんとん」の主な材料は、栗と何?
A かぼちゃ
B さつまいも

Q4 お雑煮にはいろいろな種類がありますが、香川県で食べられているお雑煮はどっち?
A おもちの湯に入っている
B おもちの湯に漬かい

Q5 1月7日に春の七草の入った七草がゆを食べますが、七草のひとつ「スズシロ」はどっち?
A 天葵
B かぶ

全国学校給食週間

1月24日~30日



明治22年、山形県の小学校で家が貧しくお弁当を持っていくのでない子どもたちへ昼食を出したのが、学校給食の始まりとされています。

その後、学校給食の取り組みは全国へと広がりましたが、昭和16年に太平洋戦争が起り、食料不足のため実施することができなくなってしまいました。

戦後、子どもたちの栄養状態の悪化が心配されたことから、学校給食の必要性が叫ばれるようになり、アメリカの民間団体(ララ)から贈られた物資で給食を再開することになりました。昭和21年12月24日、東京、神奈川、千葉の学校で試験的に学校給食を再開することになり、給食用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、冬休みと重なるため、1か月後の1月24日~30日が「全国学校給食週間」となりました。

現在、全国の学校給食で、この期間に特色ある献立を取り入れるなどし、学校給食を広くアピールしています。

千早赤阪村の学校給食では、26日に懐かしの献立として「揚げパン」、「くじらのケチャップ煮」、28日は郷土料理「じゃり豆」、29日は郷土食品を使って「粉豆腐入り卵スープ」を実施します。お楽しみに!

思い出の給食アンケート
 中学3年生に卒業までにもう一度食べたいメニューを聞きまして、人気のあったメニュー(小)を取り入れています。

11	12	13	14	15
エネルギー たんぱく質 塩分 665 kcal 25.8 g 19.2 g せいじんのひ 	エネルギー たんぱく質 塩分 680 kcal 27.8 g 16.4 g ひじきずし ぎゅうにゅう いかのつけやき なっばのにびたし 『ぜんざい』 	エネルギー たんぱく質 塩分 638 kcal 20.1 g 11.2 g <しんさいこんだて> おむすび ぎゅうにゅう 『ふかしいも ふたじる』 『みかん』 	エネルギー たんぱく質 塩分 634 kcal 25.2 g 23.1 g コッペパン ぎゅうにゅう ビーフシチュー 『ブロッコリーのソテー』 ネーブル 	
18	19	20	21	22
エネルギー たんぱく質 塩分 715 kcal 25.0 g 27.3 g ごはん ぎゅうにゅう さばのたつたあげ 『さといものごまあえ』 かすみそしる りんご 	エネルギー たんぱく質 塩分 735 kcal 35.9 g 31.2 g しよパン ぎゅうにゅう ハンバーグ スライスチーズ(小) キャベツとコーンのソテー ごぼうポタージュ ミニゼリー(幼) ようちえんは 4-5歳のわり にゼリーです 	エネルギー たんぱく質 塩分 615 kcal 27.1 g 15.4 g 『カレーうどん ぎゅうにゅう』 おにぎり ちくわのてんぷら ほうれんそうとえのきのあえもの かみかみくろまめ 	エネルギー たんぱく質 塩分 652 kcal 29.4 g 18.4 g 『たらこふりかけごはん』 『ほっけのいちやぼし みかん』 『きりぼしだいこんのもの』 はくさいのみそしる ぎゅうにゅう 	エネルギー たんぱく質 塩分 644 kcal 23.6 g 26.0 g コッペパン ぎゅうにゅう ほうれんそうのグラタン リンゴジャム カリフラワーとハムのサラダ ジュリエンヌスープ
25	26	27	28	29
エネルギー たんぱく質 塩分 698 kcal 22.8 g 23.9 g ハヤシライス 『ツナとキャベツのサラダ』 いやかん ぎゅうにゅう 	エネルギー たんぱく質 塩分 604 kcal 27.8 g 17.6 g 『あげパン ぎゅうにゅう』 『くじらのケチャップに』 マカロニとやさいのスープ パナナ 	エネルギー たんぱく質 塩分 615 kcal 19.9 g 16.5 g ごはん ぎゅうにゅう はくさいのクリームに ジャガイモとはるさめのいためもの りんご 	エネルギー たんぱく質 塩分 664 kcal 30.7 g 18.2 g ごはん ぎゅうにゅう いわしのうめに じゃりまめ 『みそしる みかん』 	エネルギー たんぱく質 塩分 619 kcal 27.1 g 25.7 g コッペパン ぎゅうにゅう キャベツリウロムツ オレンジミニゼリー こまつなとソセージのソテー こなどうふいりたまごスープ

記載している給食日は小学校を基準としています。各校園ごとの実施日については学校だより等をご確認ください。また、エネルギー、たんぱく質、脂質は小学校中学年の量を記載しています。

月 火 水 木 金

思い出の給食アンケート

中学3年生に、卒業までに もう一度食べたいメニューをアンケートしました。
人気のあったメニューを 1~3月にできるだけ取り入れます！ お楽しみに！

主食

1位 **クワッサン**... 8票
2位 **揚げパン** ... 5票
2位 **たらふりかけごはん**... 5票
2位 **白菜ラーメン** ... 5票

副菜

1位 **ピリカラきゅうり**... 13票
2位 **じゃこピマン** ... 9票
3位 **ポテトサラダ** ... 5票

デザート

1位 **豆乳デザート**... 11票
2位 **わらびもち** ... 6票
3位 **くるみもち** ... 5票
3位 **みかん** ... 5票

他に、中華風炊きこみごはん、黒糖パン、アップルパン、菜飯、豆まめごはん、まきずしなど

他に、パンサッスー、ブロッコリーのソテー、ほうれん草とくるみのサラダ、セキ干大根の煮物など

他に、フルーツ白玉、ナタデココヨーグルト、ぜんざい、いちご、冷凍パイナップル など

主菜

1位 **UFO揚げ**... 11票
2位 **鶏のかき揚げ**... 7票
3位 **豚カツ** ... 4票
3位 **ポテトミートグラタン**... 4票

汁もの

1位 **コンポタージュ**... 13票
2位 **豚汁** ... 10票
3位 **わかめスープ**... 4票

とりにれたメニューには
マークがついています

他に、タンドリチキン、スパニッシュオムレツ、いかの天ぷら、ししゃもの天ぷら、ほっけの一夜干しなど

他に、ワラムチャウダー、レタスと卵のスープ、みそ汁、里芋とえのきのおつまみ、キムチスープ など

<p>11 成人の日</p> <p>大豆</p> <p>11票</p>	<p>12</p> <p>豆まめごはん</p> <p>れんこんの磯辺揚げ</p> <p>みそ汁</p>	<p>13</p> <p>すしごはん(S)</p> <p>ひきずし(具)</p> <p>汁もの</p>	<p>14</p> <p>おむすび</p> <p>豚汁</p> <p>みかん</p>	<p>15</p> <p>コッパン</p> <p>ビーフシチュー</p> <p>ブロッコリーのソテー</p> <p>ネーブル</p>
-------------------------------------	---	---	--	--

<p>18</p> <p>ごはん(S)</p> <p>かすみそ汁</p> <p>ハンバーグ</p> <p>ポテトサラダ</p> <p>カレーうどん</p> <p>竹輪の天ぷら</p> <p>たらこふりかけごはん</p> <p>白菜のみそ汁</p> <p>ほうれん草のグラタン</p> <p>カリフラワーとハムのサラダ</p>	<p>19</p> <p>ごはん(S)</p> <p>かすみそ汁</p> <p>ハンバーグ</p> <p>ポテトサラダ</p> <p>カレーうどん</p> <p>竹輪の天ぷら</p> <p>たらこふりかけごはん</p> <p>白菜のみそ汁</p> <p>ほうれん草のグラタン</p> <p>カリフラワーとハムのサラダ</p>	<p>20</p> <p>おにぎり</p> <p>かみかみ黒豆</p> <p>スライスチーズ</p> <p>メロンミニゼリー</p>	<p>21</p> <p>ごはん(S)</p> <p>かすみそ汁</p> <p>ハンバーグ</p> <p>ポテトサラダ</p> <p>カレーうどん</p> <p>竹輪の天ぷら</p> <p>たらこふりかけごはん</p> <p>白菜のみそ汁</p> <p>ほうれん草のグラタン</p> <p>カリフラワーとハムのサラダ</p>	<p>22</p> <p>コッパン</p> <p>ビーフシチュー</p> <p>ブロッコリーのソテー</p> <p>ネーブル</p> <p>ジュリエンスープ</p> <p>りんごジャム</p>
--	--	--	--	--

<p>25</p> <p>ごはん(M)</p> <p>ハヤシライス(ルー)</p> <p>ツナとキャベツのサラダ</p> <p>揚げパン</p> <p>マカロニ野菜のスープ</p> <p>白菜のグリーン煮</p> <p>じゃがいもと春雨の炒め物</p> <p>いわしの糖煮</p> <p>みそ汁</p> <p>キャベツ入りオムレツ</p> <p>粉豆餡入り卵スープ</p>	<p>26</p> <p>ごはん(M)</p> <p>ハヤシライス(ルー)</p> <p>ツナとキャベツのサラダ</p> <p>揚げパン</p> <p>マカロニ野菜のスープ</p> <p>白菜のグリーン煮</p> <p>じゃがいもと春雨の炒め物</p> <p>いわしの糖煮</p> <p>みそ汁</p> <p>キャベツ入りオムレツ</p> <p>粉豆餡入り卵スープ</p>	<p>27</p> <p>ごはん(M)</p> <p>ハヤシライス(ルー)</p> <p>ツナとキャベツのサラダ</p> <p>揚げパン</p> <p>マカロニ野菜のスープ</p> <p>白菜のグリーン煮</p> <p>じゃがいもと春雨の炒め物</p> <p>いわしの糖煮</p> <p>みそ汁</p> <p>キャベツ入りオムレツ</p> <p>粉豆餡入り卵スープ</p>	<p>28</p> <p>ごはん(S)</p> <p>ハヤシライス(ルー)</p> <p>ツナとキャベツのサラダ</p> <p>揚げパン</p> <p>マカロニ野菜のスープ</p> <p>白菜のグリーン煮</p> <p>じゃがいもと春雨の炒め物</p> <p>いわしの糖煮</p> <p>みそ汁</p> <p>キャベツ入りオムレツ</p> <p>粉豆餡入り卵スープ</p>	<p>29</p> <p>コッパン</p> <p>ビーフシチュー</p> <p>ブロッコリーのソテー</p> <p>ネーブル</p> <p>ジュリエンスープ</p> <p>りんごジャム</p>
--	--	--	--	--

【栄養三色】 黄: ちからや熱になる(炭水化物、脂肪) 赤: ちからをつつ(たんぱく質、ミネラル) 緑: ちからをのこす(ビタミン、ミネラル、食物繊維) *印は千早赤阪村産、☆印は河南町産です。 ※材料入荷の都合などにより内容を変更する場合があります。ご了承ください。