

月 火 水 木 金

全国学校給食週間が始まります!

1月24日～30日は全国学校給食週間です。この1週間は、学校給食の意義や役割について、たくさんの人に知ってもらい、これからの学校給食について考えてもらうため、全国各地でいろいろな取り組みが行われます。学校給食が始まって今年で123年。学校給食の始まりは明治22年(1889年)、山形県にある小学校で、家が貧しくてお弁当を持ってこれない子どもたちのために食事を出したのが始まりです。その後、戦争による食料不足で中断された学校給食ですが、子どもたちの栄養不足が心配され、外国からの援助物資で再開することができました。



給食用物資の贈呈式が行われたのが昭和21年12月24日。この日は「学校給食感謝の日」とされました。昭和25年、冬休みと重ならないよう1ヵ月後の1月24日からの1週間を「学校給食週間」とすることが決まりました。

<p>9</p> <p>せいじんのひ</p>	<p>10</p> <p>しぎょうしき</p>	<p>11</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>しつ</td></tr> <tr><td>725 kcal</td><td>29.6 g</td><td>20.6 g</td></tr> </table> <p>まめまめごはん ギョウニゅう えびのてんぷら きんかん れんこんのいそべあげ あおなのむらくもじる</p>	エネルギー	たんぱく質	しつ	725 kcal	29.6 g	20.6 g	<p>12</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>しつ</td></tr> <tr><td>607 kcal</td><td>19.4 g</td><td>16.5 g</td></tr> </table> <p>ごはん ギョウニゅう はくさいのクリームに ジャガイモはるさめのいためもの りんご</p>	エネルギー	たんぱく質	しつ	607 kcal	19.4 g	16.5 g	<p>13</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>しつ</td></tr> <tr><td>659 kcal</td><td>26.4 g</td><td>21.6 g</td></tr> </table> <p>レーズンパン ギョウニゅう かぼちゃミートグラタン こまつなとソーセージのソテー ジュリエヌスープ オレンジミニゼリー</p>	エネルギー	たんぱく質	しつ	659 kcal	26.4 g	21.6 g												
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
725 kcal	29.6 g	20.6 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
607 kcal	19.4 g	16.5 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
659 kcal	26.4 g	21.6 g																																
<p>16</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>しつ</td></tr> <tr><td>752 kcal</td><td>32.6 g</td><td>17.9 g</td></tr> </table> <p>ひじきずし ギョウニゅう いかのつけやき なっばのにびたし ぜんざい</p>	エネルギー	たんぱく質	しつ	752 kcal	32.6 g	17.9 g	<p>17</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>しつ</td></tr> <tr><td>613 kcal</td><td>19.6 g</td><td>11.0 g</td></tr> </table> <p>おむすび ギョウニゅう ふかしいも ぶたじる みかん</p>	エネルギー	たんぱく質	しつ	613 kcal	19.6 g	11.0 g	<p>18</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>しつ</td></tr> <tr><td>648 kcal</td><td>27.3 g</td><td>22.1 g</td></tr> </table> <p>わかめごはん ギョウニゅう いわしのかばやき はくさいのおひたし たいこんのみそしる ごきかなだいず</p>	エネルギー	たんぱく質	しつ	648 kcal	27.3 g	22.1 g	<p>19</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>しつ</td></tr> <tr><td>679 kcal</td><td>33.1 g</td><td>20.1g</td></tr> </table> <p>きのこごはん ギョウニゅう とりにくのてりやき キャベツのアーモンドあえ うちまめのおつゆ ほしブルー</p>	エネルギー	たんぱく質	しつ	679 kcal	33.1 g	20.1g	<p>20</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>しつ</td></tr> <tr><td>646 kcal</td><td>25.4 g</td><td>23.0 g</td></tr> </table> <p>コッペパン ギョウニゅう ビーフシチュー ブロッコリーのソテー ミニトマト ネーブル</p>	エネルギー	たんぱく質	しつ	646 kcal	25.4 g	23.0 g
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
752 kcal	32.6 g	17.9 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
613 kcal	19.6 g	11.0 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
648 kcal	27.3 g	22.1 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
679 kcal	33.1 g	20.1g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
646 kcal	25.4 g	23.0 g																																
<p>23</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>しつ</td></tr> <tr><td>774 kcal</td><td>28.8 g</td><td>30.3 g</td></tr> </table> <p>ごはん ギョウニゅう さばのたつたあげ さといものごまあえ かすみしる みかん</p>	エネルギー	たんぱく質	しつ	774 kcal	28.8 g	30.3 g	<p>24</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>しつ</td></tr> <tr><td>744 kcal</td><td>35.8 g</td><td>31.5 g</td></tr> </table> <p>しょくパン ギョウニゅう ハンバーグ チーズ(小) ミネゼリー(幼) キャベツとコーンのソテー じゃがいものポタージュ</p>	エネルギー	たんぱく質	しつ	744 kcal	35.8 g	31.5 g	<p>25</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>しつ</td></tr> <tr><td>692 kcal</td><td>27.3 g</td><td>20.2 g</td></tr> </table> <p>ごはん ギョウニゅう とうふとささみのくずに いんげんとやきぶたのピリカラいため だいがくいも かんこくふうのり</p>	エネルギー	たんぱく質	しつ	692 kcal	27.3 g	20.2 g	<p>26</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>しつ</td></tr> <tr><td>661kcal</td><td>28.0 g</td><td>15.8 g</td></tr> </table> <p>カレーうどん おにぎり ギョウニゅう 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</p>	エネルギー	たんぱく質	しつ	661kcal	28.0 g	15.8 g	<p>27</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>しつ</td></tr> <tr><td>623kcal</td><td>28.6 g</td><td>18.2 g</td></tr> </table> <p>あげパン ギョウニゅう くじらのケチャップに マカロニとやさいのスープ バナナ</p>	エネルギー	たんぱく質	しつ	623kcal	28.6 g	18.2 g
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
774 kcal	28.8 g	30.3 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
744 kcal	35.8 g	31.5 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
692 kcal	27.3 g	20.2 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
661kcal	28.0 g	15.8 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
623kcal	28.6 g	18.2 g																																
<p>30</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>しつ</td></tr> <tr><td>725 kcal</td><td>21.2 g</td><td>23.6 g</td></tr> </table> <p>カレーライス ギョウニゅう ツナとキャベツのサラダ ネーブル</p>	エネルギー	たんぱく質	しつ	725 kcal	21.2 g	23.6 g	<p>31</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>しつ</td></tr> <tr><td>655 kcal</td><td>27.9 g</td><td>22.6 g</td></tr> </table> <p>うずまきパン ギョウニゅう アジのフライ キウイフルーツ こまつなのピーナッツあえ ベーコンとじゃがいものスープ</p>	エネルギー	たんぱく質	しつ	655 kcal	27.9 g	22.6 g	<p>1月の行事と食べ物 ◆◆◆◆</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div data-bbox="821 2304 1323 2620"> <p>かがみづら</p> <p>鏡開き (1/11)</p> <p>正月にお供えた鏡もちを下げ、お汁粉やお雑煮に入れて食べます。もちを刃物で切るのは切腹を連想させて縁起が悪いので、手で木槌で割るというしきたりがあります。</p> </div> <div data-bbox="1342 2304 1883 2620"> <p>こしょうがつ</p> <p>小正月 (1/15)</p> <p>元日を大正月と呼ぶのに対してこう呼びます。小正月に食べるあずきがゆには家内安全や無病息災などの願いが込められ、この日にあずきがゆを食べると一年中病気をしないといわれます。小正月は大正月に忙しく働いた女性をねぎらう意味から「女正月」ということもあります。</p> </div> </div>																				
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
725 kcal	21.2 g	23.6 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
655 kcal	27.9 g	22.6 g																																

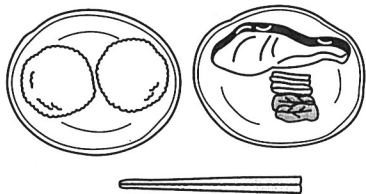
月

火

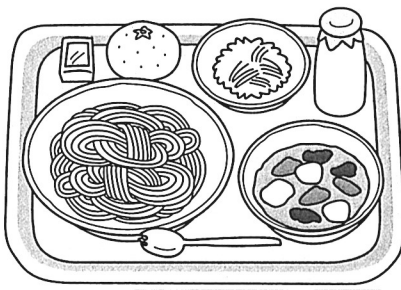
水

木

金



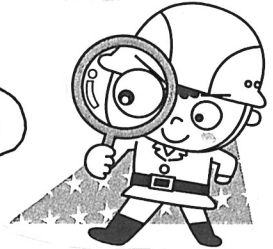
◀明治22年
日本で最初の給食
おむすび
塩づけ
つけもの



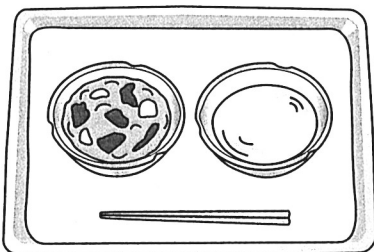
◀昭和40年代
ソフトつけめん
牛乳
甘酢あえ
みかん
チーズ



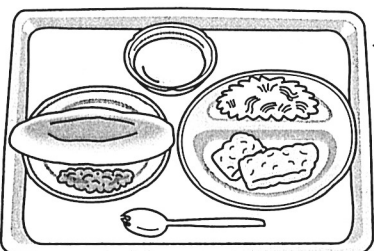
おうちの人に
どんな給食を
食べた事があるか
聞いてみよう。



1月24日～30日の学校給食週間にちなみ、
昔の学校給食をみてみましょう。今の給食と
どんなところがちがうかな？



◀昭和20年代
トマトシチュー
脱脂粉乳



◀昭和30年代
コップパン
脱脂粉乳
クジラの竜田揚げ
せん切りキャベツ
ジャム

11

Table for day 11 listing ingredients like 豆まめごはん, りんご, and 野菜のむらじゆ汁 with quantities and color codes.

12

Table for day 12 listing ingredients like 白菜のクリーム煮, ジャガイロと春雨の炒め物, and りんご with quantities and color codes.

13

Table for day 13 listing ingredients like レーズンパン, ジュリエントースト, and オレンジミニゼリー with quantities and color codes.

16

Table for day 16 listing ingredients like ひじきずし(具), いかのつけやき, and なっばの煮びたし with quantities and color codes.

17

Table for day 17 listing ingredients like おむすび, 豚汁, and みかん with quantities and color codes.

18

Table for day 18 listing ingredients like いわしの蒲焼き, 大根のみそ汁, and 白菜のおひたし with quantities and color codes.

19

Table for day 19 listing ingredients like きのごはん, 鶏肉の照り焼き, and 打ち豆のおつゆ with quantities and color codes.

20

Table for day 20 listing ingredients like ビーフシチュー, ブロッコリーのソテー, and ミニトマト with quantities and color codes.

23

Table for day 23 listing ingredients like さばの竜田揚げ, かすみそ汁, and 里芋のごま和え with quantities and color codes.

24

Table for day 24 listing ingredients like ハンバーグ, ジャがいものポタージュ, and スライスチーズ with quantities and color codes.

25

Table for day 25 listing ingredients like 豆腐とささみの毒煮, いんげんと焼豚のピリカラ炒め, and 韓国風のみそ汁 with quantities and color codes.

26

Table for day 26 listing ingredients like カレーうどん, 竹輪の天ぷら, and おにぎり with quantities and color codes.

27

Table for day 27 listing ingredients like 揚げパン, マカロニと野菜のスープ, and なっかしの給食 with quantities and color codes.

30

Table for day 30 listing ingredients like カレーライス(ルウ), ツナとキャベツのサラダ, and ネーブル with quantities and color codes.

31

Table for day 31 listing ingredients like うずまきパン, アジのフライ, and キウイフルーツ with quantities and color codes.

ねん けん こう せい かつ もく ひょう た
1年の健康生活の目標を立てよう!!!
あなたはどんなことをかんばりますか?
朝ごはんを必ず食べる
給食を残さない
1日3食きちんと食べる
苦手な食べ物にも挑戦する

【栄養三色】 黄: ちからや熱になる(炭水化物、脂肪) 赤: ちからをつくる(たんぱく質、ミネラル) 緑: ちからを調子をととのえる(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。