



令和6年度

1月 給食こんだて表

海津市学校給食センター

()内の数は(小・中)を表しています

小学校のエネルギー(kcal)は、3・4年生を基準としたものです

月	火	水	木	金
令和6年度 海津市の食育テーマ いっしょに 野菜をたべよう 	今月の旬の食べもの ○ごぼう ○れんこん ○かぶ ○だいこん ○こまつな ○白菜 ○キャベツ ○ほっけ ○カリフラワー ○ぶり	8 カラフルポテト 丸パン ソース メンチカツ かぶのミルクスープ 野菜たっぷりメニュー エネルギー 小 685 kcal 中 839 kcal	9 正月の料理 紅白なます 梅わかめごはん ぶりの照り焼き もちふのすましじる エネルギー 小 574 kcal 中 728 kcal	10 こんにやくサラダ ソフトめん 大豆といかのあげがらめ カレーソース エネルギー 小 778 kcal 中 986 kcal
	今月の地場産物 ○海津市産 ・トマト・きゅうり・油あげ ・なばな・しゅんぎく ・こめ・しいたけ・ベーめん ・南濃みかんジャム ○にしみの産 ・小松菜・もやし ・チンゲン菜	14 ひじきのいためにとり肉のあおさあげ 麦ごはん 里いものみそしる エネルギー 小 623 kcal 中 797 kcal	15 キャベツソテー 米粉パン ハンバーグ トマトソース 冬野菜スープ エネルギー 小 553 kcal 中 681 kcal	16 大根のもの 麦ごはん 焼きほっけ ちゃんこなべじる エネルギー 小 581 kcal 中 746 kcal
20 もやしのおかかあえ 麦ごはん とり肉の塩こうじ焼き あつあげとだいこんのみそしる エネルギー 小 550 kcal 中 702 kcal	21 中華そば丼 麦ごはん ちくわのしょうがあげ(2,3) サンラータン エネルギー 小 633 kcal 中 826 kcal	22 カレーの日 大根サラダ コッペパン フライドポテト カレースープ エネルギー 小 634 kcal 中 785 kcal	23 こんにやくのきんぴら 麦ごはん 白身魚のみぞれたれ 白菜のみそしる エネルギー 小 607 kcal 中 775 kcal	24 岐阜県の名物料理 ★学校給食週間 けいちゃん うどん ハツシモ五平もち 岐阜たっぷりうどんのしる エネルギー 小 577 kcal 中 721 kcal
27 パリからミラノオリンピックへフランス・イタリアの料理 ★学校給食週間 きこのペロンチーノ ミックスピラフ カチャトーラ コンソメスープ エネルギー 小 653 kcal 中 828 kcal	28 特定原材料28品目アレルギーフリー給食 ★学校給食週間 たくあんあえ はくはん さわらの香味焼き いものこじる エネルギー 小 579 kcal 中 683 kcal	29 昔の学校給食 ★学校給食週間 キャベツサラダ 黒パン くら肉のケチャップソース 脱脂粉乳のシチュー エネルギー 小 711 kcal 中 888 kcal	30 海津市の地場産物を使った献立 ★学校給食週間 なばなのごまあえ 麦ごはん 肉だんごの南濃みかんソース ベーめんといいたけのみそしる エネルギー 小 614 kcal 中 785 kcal	31 大阪・関西万博応援メニュー ★学校給食週間 きゅうりとなすの浅漬け風 かやくごはん たこ焼き(2,3) にくすい エネルギー 小 613 kcal 中 795 kcal

ぜん こく がっ こう きゅうしょくしゅうかん

1月24日~30日は、全国学校給食週間です!

日本の学校給食は、明治22年、山形県鶴岡町(現：鶴岡市)の私立忠愛小学校で提供されたのが始まりとされています。その後、各地に広まったものの、戦争による食料不足で中断されてしまいました。

戦後、子どもたちの栄養不足を改善するため、昭和21年にアメリカの支援団体「LARA(アジア救済公認団体)」から、給食用物資の寄贈を受けて、翌年1月から学校給食が再開されることになりました。昭和21年12月24日に、東京都内の小学校で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」としましたが、昭和25年度からは、冬季休業と重ならない1月24日~30日までの1週間を「全国学校給食週間」とすることが定められました。

全国学校給食週間を通して、学校給食の意義や役割などを皆さんに知ってもらい、学校給食についてあらためて考える機会にしてほしいと思います。

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 地域でとれる旬の食材を取り入れ、郷土料理や行事食、世界の料理など、食育の教材となる給食。
--	---	---

「平原営農」様よりキャベツの寄付をいただきます。
15日の『キャベツソテー』に使用します。

作ってみませんか 野菜たっぷりメニューレシピ ~かぶのミルクスープ~

- 【材料】(4人分)
- 油 小さじ1/2
 - ベーコン 2枚
 - たまねぎ 1/2玉
 - にんじん 1/3本
 - かぶ 1/4個
 - だいこん 3cm程度
 - ほうれん草 1株
 - シチューのルー(市販) 2かけ
 - 牛乳 160ml
 - コンソメ 1個
 - 塩 小さじ1/6
 - こしょう 少々
 - 水 400ml
- 【作り方】
- ① ベーコンは、1cm幅の短冊切りにする。たまねぎは、2cmの角切り、にんじん、かぶ、だいこんは1.5cm程度の角切りにする。ほうれん草は、よく洗い、茹でて冷水にとり、2cm幅に切る。
 - ② 鍋に油を熱し、ベーコンを炒める。ベーコンに火が通ったらたまねぎ、にんじん、かぶ、だいこんを加えて焦がさないように炒める。
 - ③ 水、コンソメを入れて煮る。具材が柔らかくなったら、いったん火を止め、ルーを溶かし入れる。牛乳を加え、塩、こしょうで味を整える。
 - ④ ほうれん草を加えて温め、器に盛り付ける。

11月の「野菜たっぷりメニュー：根菜のクリームスープ」を給食センターで作る様子を紹介しています。

アクセスはこちら

※学校給食に使われる岐阜県産農産物には、「学校給食地産地消推進事業」により、JAグループ、市町、県による助成が行われています。
※物資調達の都合により、献立が変更になる場合があります。(給食センターから学校へは文書でお知らせしています。)