

令和6年度 1月分 こんだてひょう

・学校給食は、岐阜県産の牛乳や米、小麦粉を使用しています。
 ・その他の食材も、できる限り県内産のものを使用しています。

日 曜	主食	主菜	献立名		デザート等	小・エネルギー	中・エネルギー
			副菜	副菜・その他		小・塩分	中・塩分
7 火	うどん	竹輪の磯辺揚げ	ごま和え	五目うどんの汁		592 2.4	689 2.8
8 水	白ごはん	ツバスの照り焼き	煮なます	小松菜のすまし汁	一食黒豆 (学園のみ)	626 2.5	741 2.9
9 木	黒コッパン	かぼちゃ肉サンドフライ	カラフルソテー	ポトフ		638 2.7	762 3.3
10 金	☆ 郷土料理の日 ☆ 熊本県の料理を紹介します。					593	741
	麦ごはん	キピナゴフライ	ひこずり	タイピーエン		2.0	2.2
14 火	中華麺	鶏肉の香味焼き	糸寒天の甘酢和え	味噌ラーメンスープ		534 2.3	644 2.7
15 水	白ごはん	サワラの白醤油焼き	おかか和え	のっぺい汁	※オレンジ	564 1.8	664 2.2
16 木	コッパン	ハンバーグ	海藻サラダ	クリームシチュー	ココア牛乳の素 (学園・こども園・ 保育園以上児)	668 3.0	785 3.5
17 金	☆ 食育の日 ☆ ふるさと食材を紹介します。					617	776
	麦ごはん	豚肉のかりん揚げ	大豆とひじきの煮物	郡上味噌汁		2.4	2.9
20 月	麦ごはん	ウィンナー	大根サラダ	ポークカレー		606 2.2	752 2.6
21 火	ソフト麺	大豆と小魚の揚げがらめ	カラフルサラダ	ミートソース		690 1.9	823 2.3
22 水	白ごはん	鶏肉のスタミナ焼き	じゃがいものきんぴら	大根の味噌汁	※りんご	612 2.3	719 2.6
23 木	食パン	白身魚フライ	キャベツのソテー	コーンスープ	いちごジャム	657 2.6	781 3.2
24 金	☆ 学校給食週間 岐阜(岐阜・本巣地区)のふるさと食材を紹介します。 ☆					616	780
	麦ごはん	豚肉のねぎ味噌焼き	かきまわしの具	みぞれ汁		1.5	1.7
27 月	☆ 学校給食週間 岐阜(中濃・飛騨地区)のふるさと食材を紹介します。 ☆					615	754
	麦ごはん	円空里芋コロッケ	こんにゃくの炒り煮	すったて汁		2.0	2.3
28 火	☆ 学校給食週間 岐阜県のふるさと食材を紹介します。 ☆					638	781
	うどん	大豆の包み揚げ	おひたし	かやくうどんの汁	※ヨーグルト	2.2	2.7
29 水	☆ 学校給食週間 明治の学校給食を紹介します。 ☆					583	689
	白ごはん	サケの塩焼き	里芋のそぼろ煮	赤味噌汁	わかめふりかけ	1.8	2.1
30 木	☆ 学校給食週間 岐阜県のふるさと食材を紹介します。 ☆					657	795
	コッパン	ささみのゆずソースかけ	ポテトサラダ	ミネストローネ		2.9	3.5
31 金	麦ごはん	蒸しシューマイ	ピピンパの具	中華スープ		620 1.6	765 1.8

◎表示してある栄養価は、小学校中学年(3,4年生)と中学生のものです。文部科学省の学校給食摂取基準は、小学校中学年(3,4年生)エネルギー650kcal・食塩2g未満です。中学校は、エネルギー830kcal・食塩2.5g未満です。こども園・保育園は、麦ごはんではなく、白ごはんです。栄養価は、小学校の0.8倍を目安にしています。
 ◎牛乳は毎日つきます。◎都合により、献立を変更する場合があります。◎ ※は業者の配送となります。
 ◎「学校給食地産地消推進事業」では、安全でおいしい岐阜県のお米や野菜を使った給食を食べてもらうことで、農業のことを学んでもらいたいと考えています。
 ◎学校給食で使用する米・麦・一部大豆・野菜については、学校給食地産地消推進事業により、県・町・JAグループから補助をうけています。
 ◎毎月19日は「食育の日」です。この日は、岐阜県や北方町産の「ふるさと食材」の使用を予定しています。

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、戦争による食糧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「LALA(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。

【旬の食材】

ねぎ れんこん 小松菜 かぶ
 白菜 大根 キャベツ
 サケ サワラ など

【ふるさと食材】

米 小麦 牛乳 豚肉 大豆
 キャベツ 大根 かぶ ねぎ
 沢あざみ 白菜 小松菜
 トマト ゆず など

【郷土食・行事食】

10日 熊本県の郷土料理
 17日 食育の日献立
 24日~30日 学校給食週間

『ポトフ』 ~朝食の副菜にもぴったり!~ (1/9実施日)

<材料(4人分)>
 鶏肉(切り込み) 80g
 たまねぎ 小1個
 大根 150g
 にんじん 1/2本
 じゃがいも 1個
 スープストック 小さじ2
 塩 小さじ1/3
 こしょう 少々

<作り方>
 ① たまねぎはくし形に切る。大根、にんじん、じゃがいもは一口大に切る。
 ② 鍋に鶏肉とたまねぎを入れ、よく炒める。
 ③ ②に大根、にんじん、じゃがいもを加え、食材が浸る位の水を加え、火が通るまで煮る。
 ④ ③にスープストック、塩、こしょうを加え、よく煮込む。
 ⑤ 塩、こしょうで味を整えたら出来上がり。