

令和3年度



* 1月のこんだてひょう *



大仁学校給食センター

日	曜	牛乳	献立名	〈赤〉 おもに体をつくるもとになる食品		〈緑〉 おもに体の調子を整えるもとになる食品	〈黄〉 おもにエネルギーのもとになる食品		1人1日 - (kcal) たんぱく質(g) 脂質(g)	メモ	
				たんぱくしつ	むきしつ	ビタミン	たんすいかぶつ	ししつ			
7	金		むぎごはん				精白米 麦		598 25.4 26	●幼稚園なし ●七草献立 	
			サワラのゆうあんやき	サワラ		ゆず	砂糖 片栗粉				
			ごまあえ			小松菜 キャベツ 人参	砂糖 ごま				
			ななくさふうしる	鶏肉		大根 人参 白菜 かぶ 葉大根					
			とうにゅうプリン	豆乳			砂糖 水あめ 油				
10	月		せいじんのひ								
11	火		おちゃしょくパン		脱脂粉乳	緑茶（県産）	小麦粉 砂糖	ショートニング	598 22.9 38		
			くろまめきなこクリーム	きなこ	乳製品		砂糖	油			
			れんこんサラダ	ハム		れんこん きゅうり 人参		卵不使用マヨネーズ			
			ポークビーンズ	豚肉 大豆		にんにく 玉ねぎ 人参 トマト	じゃが芋 砂糖	油			
			りんご			りんご					
12	水		むぎごはん				精白米 麦		678 25.0 29		
			まつかぜやき	鶏肉 みそ 豆腐	青のり	玉ねぎ 生姜	パン粉 砂糖	ごま			
			きんぴらごぼう			ごぼう 人参 いんげん	砂糖	油 ごま			
			キャベツのみそしる	油揚げ みそ		キャベツ 小松菜 しめじ					
			だいだいのムース	豆乳 ゼラチン		だいたい	砂糖 水あめ 油				
13	木		なめし	かつお節		広島菜 京菜 大根葉	精白米 麦 砂糖		619 25.5 30		
			ブリのてりやき	ブリ		生姜	砂糖 片栗粉				
			チンゲンサイのいためもの	ハム		チンゲン菜 人参 エリンギ	片栗粉	ごま油			
			じゃがベーじる	ベーコン みそ		玉ねぎ 小松菜	じゃが芋	バター			
14	金		むぎごはん				精白米 麦		620 20.1 26		
			こうやどうふいりすぶた	高野豆腐 豚肉		生姜 にんにく 人参 玉ねぎ だけのこ ピーマン 干し椎茸	砂糖 小麦粉 片栗粉	油			
			はるさめサラダ	ハム		小松菜 人参	春雨 砂糖	ごま油 ごま			
			オレンジ			オレンジ					
17	月		ソフトめん				小麦粉		641 25.1 27		
			ミートソース	豚肉	チーズ	にんにく 生姜 セロリ 玉ねぎ 人参 トマト マッシュルーム	砂糖 小麦粉	油 バター			
			かぼちゃのすあげ			かぼちゃ		油			
			グレープフルーツ			グレープフルーツ					
18	火		せわりロールパン		脱脂粉乳		小麦粉 砂糖	ショートニング	667 26.3 38		
			ホットドッグウィンナ	豚肉			砂糖				
			コールスローサラダ			キャベツ 人参 コーン	砂糖	油			
			やさいのクリームに	鶏肉 豆乳	牛乳	玉ねぎ 人参 マッシュルーム フロッコリー	さつま芋 小麦粉	油 バター			
19	水		むぎごはん				精白米 麦		591 26.5 22		
			サケのしおやき	サケ							
			そくせきづけ		塩昆布	キャベツ きゅうり 人参					
			すいとん	鶏肉		ごぼう 人参 大根 小松菜	里芋 小麦粉 片栗粉				
			みかん			みかん					
20	木		むぎごはん				精白米 麦		650 26.5 25		
			やきにく	豚肉 みそ		にんにく 生姜 玉ねぎ 赤ピーマン	砂糖 片栗粉	油 ごま油			
			のりすあえ	ツナ	のり	小松菜 キャベツ 人参	砂糖				
			なめこみそしる	豆腐 みそ		なめこ チンゲン菜 ねぎ					
			スイートポテト				さつま芋 米粉 じゃが芋 砂糖	ショートニング			

裏面もあります。

日	曜	牛乳	献立名	〈赤〉 おもに体をつくるもとになる食品		〈緑〉 おもに体の調子を整えるもとになる食品	〈黄〉 おもにエネルギーのもとになる食品		1人1日 -1kcal) たんぱく質(g) 脂質(g)	メ モ
				たんぱくしつ	むきしつ	ビタミン	たんすいかぶつ	ししつ		
21	金		むぎごはん				精白米 麦		656 20.7 32	●JA伊豆の国 いちご委員会 提供
			バターチキンカレー	鶏肉	ヨーグルト チーズ	にんにく 生姜 セロリ 玉ねぎ 人参	じゃが芋 カレーフレーク	油 バター		
			ひじきサラダ	枝豆 ハム	ひじき	人参 もやし	砂糖	ごま		
			いちご			いちご				
24	月		むぎごはん				精白米（県産） 麦		604 25.6 24	全国学校給食 週間 （～28日）
			ニジマスのあまだれ	ニジマス（県産）			片栗粉 砂糖	油		
			ばいにくあえ	かつお節	わかめ	キャベツ 小松菜 人参 梅ペースト（県産）				
			ピリからみそしる	豚肉 みそ 豆腐（県産）		大根・椎茸（県産） 白菜キムチ 人参	里芋			
			ブルーベリーゼリー			ブルーベリー（県産）	砂糖			
25	火		はちみつレモントースト		脱脂粉乳	レモン	小麦粉 砂糖 はちみつ（県産）	ショートニング バター	591 22.2 35	大仁小なし
			ツナサラダ	ツナ		ぎゅうり・ブロッコリー（県産） コーン 人参	砂糖	油		
			フチヴェールスープ	鶏肉		もやし・フチヴェール（県産） 人参 玉ねぎ	パン粉 砂糖 片栗粉			
			たんなヨーグルト		牛乳（県産） 寒天		砂糖			
26	水		むぎごはん				精白米（県産） 麦		630 21.6 25	
			カレーマーボ	豚肉 みそ 豆腐（県産）		にんにく 生姜 人参 玉ねぎ ピーマン	カレー粉 砂糖 片栗粉	油		
			やさいのちゅうかあえ			もやし（県産） チンゲン菜 人参	砂糖	ごま油 ごま		
			まっちゃんケーキ	豆乳		抹茶（県産）	米粉 砂糖 水あめ	ショートニング 油		
27	木		むぎごはん				精白米（県産） 麦		598 20.2 25	市内統一献立
			のりのつくだに		のり（浜名湖）		砂糖 水あめ			
			くろはんべんおちゃフライ	サバ（県産） イワシ タラ		煎茶（県産）	片栗粉 パン粉 小麦粉	油		
			こまつなとじゃこのサラダ	じゃこ（県産）		小松菜 キャベツ 人参		ごま油		
			こくしょうじる	油揚げ みそ		ごぼう 人参 大根・椎茸（県産） 葉ねぎ	さつま芋（県産）	ごま油		
			いちご			いちご（県産）				
28	金		くろまいごはん				精白米（県産） 黒米（県産）		589 23.1 28	
			とりのわさびみそやき	鶏肉 みそ		生姜 わさび（県産）				
			きのこのやさしいため			小松菜 エリンギ（県産） キャベツ		油		
			かきたまじる	豆腐・卵（県産）		ねぎ 人参 玉ねぎ	片栗粉			
			みかんゼリー			みかん（県産）	水あめ 砂糖			
31	月		さくらごはん				精白米 麦		630 20.8 25	応援 メニュー
			みそかつ	鶏肉 みそ			小麦粉 パン粉 砂糖	油 ごま		
			ブロッコリーおかかあえ	かつお節		ブロッコリー キャベツ	砂糖			
			とうふのすましじる	豆腐		小松菜 人参				
			バナナ			バナナ				

* 仕入れの状況により、献立が変わることがあります。食物アレルギーに関係する食品については、事前にお知らせします。

* 栄養価は、小学校の数値を示しています。幼稚園は、小学校の75%です。



1/24～1/30

「全国学校給食週間」

学校給食の昔と今

にほん がっこうきゅうしょく はじ めいじ ねん
日本の学校給食の始まりは、明治22年までさかのぼります。山形県鶴岡町（現在の鶴岡市）にある大督寺というお寺に開校された私立忠愛小学校で、貧しくてお弁当を持ってこられない子どもたちのために、食事を提供したのが始まりとされています。その後、全国各地へと学校給食が広がっていききましたが、戦争の影響で中断されてしまいました。

せんそう お こ えいようじょうたい かいぜん
戦争が終わり、子どもたちの栄養状態を改善するために、アメリカの LARA（アジア救援公認団体）からの援助物資で学校給食が再開されることになりました。そして、昭和21年12月24日に給食用物資の贈呈式が行われ、この日を「学校給食感謝の日」とすることが定められました。昭和25年度からは冬休みと重ならない1月24日～30日の1週間を「全国学校給食週間」とし、学校給食の意義や役割について理解や関心を高めることなどを目的に、毎年、全国でさまざまな行事が行われます。