

# 1月学校給食献立予定表

日	曜日	献立名		あかいろのなかま ちやく・ほねになるもの		みどりいろのなかま からだのしょうしをととのえるもの		きいろのなかま ねつやちからになるもの		学校行事 & ひとくちメモ
		主食	牛乳	おかず	たんぱくしつ 1群	むぎしつ 2群	ビタミン(しょうもつせんい) 3群	4群	たんすいかぶつ 5群	
14	火	えいようそうすい	○	まつかぜやき こうはくなますふうあえ ミニおしるこ	たまご ツナ ふたにく とりにく みそ あずき	牛乳 スキムミルク わかめ	にんじん かぶ はくさい ねぎ にんにく しょうが だいこん きゅうり	こめ さとう さといも パンこ しらたまこ	ごま	みなさんが今年も元気に過ごせますように！ 2020年おいおい給食です。
15	水	こどもパン	○	チリコンカン キャベツとコーンのサラダ ポトフ グレープフルーツ	ふたにく まめミックス シーチキン ウインナー	牛乳	トマト ブロッコリー にんじん	パン さとう じゃがいも	オリーブオイル あぶら	焼きあがったパンが、 規則正しく並んでいる 子どもたちのように見えることから、子ども パンという名前がついた そうです。
16	木	じゅうろっこくごはん	○	いかのねぎしおやき きりほしだいこんのいために コリコリつくねじる	いか ちくわ とりにく とりにく みそ	牛乳	にんじん こまつな しょうが にんにく きりほしだいこん ねぎ えだまめ ぶなしめじ ごぼう だいこん たまねぎ ほししいたけ	こめ じゅうろっこく さとう かたくりこ	ごまあぶら あぶら ごま	
17	金	ハヤシライス	○	だいこんとりにこのサラダ▲ バナナ	ふたにく ハム	牛乳	にんじん たまねぎ だいこん ぶなしめじ りんご きゅうり バナナ	こめ むぎ はくりきこ さとう	あぶら バター ごま	▲は新メニューです。 まだ食べたことのない 新しい味に出会えるか も？！
20	月	むぎごはん	○	やきにくいため しゅんぎくのごまあえ なめこのみそしる オレンジ	ふたにく みそ ちくわ とうふ	牛乳	ピーマン にんじん ほうれんそう しゅんぎく こまつな	こめ むぎ さとう	あぶら ごま	インフルエンザやノロ ウイルスが流行する季 節です。 食事の前に手洗い・う がいをかならずしま しょう。 アルコール消毒も活用 しましょう。
21	火	きつねうどん	○	はくさいのおひたし だいがくいも	あぶらあげ とりにく かまぼこ	牛乳	にんじん ほうれんそう	うどん さとう さつまいも みずあめ	あぶら ごま	
22	水	むぎごはん	○	にくじゃが なっとうあえ たまねぎとわかめのみそしる	ふたにく なっとう あぶらあげ みそ	牛乳 わかめ	にんじん さやいんげん ほうれんそう	こめ むぎ じゃがいも さとう	あぶら	
23	木	ハムコーン チャーハン	○	マカロニサラダ ちゅうかスープ むらさきいもチップス	ハム たまご	牛乳	にんじん ピーマン にら	こめ むぎ マカロニ さとう むらさきいも	あぶら オリーブオイル マヨネーズ ごま	
24	金	学校給食週間 1/24~1/30 おにぎり (うめ・わかめ)		さけ あぶらあげ みそ	牛乳 わかめ	かぶのは	うめ かぶ だいこん ねぎ こんにゃく	こめ さとう じゃがいも さといも		明治22年(今から 130年前)に学校給食 が始まりました。おに ぎり、焼き魚、菜っ葉 の漬物などでした。
27	月	こうしゅう ワインビーフ カレー	○	かむかむサラダ ふじさんゼリー	ふたにく みそ	牛乳 スキムミルク チーズ	にんじん しょうが にんにく たまねぎ りんご きりほしだいこん キャベツ きゅうり コーン えだまめ	こめ むぎ じゃがいも さとう ゼリー	あぶら マヨネーズ	山梨県産、甲州ワイン ビーフのカレーライス です。サラダには、北 社市産の切干大根を使 います。
28	火	コッパン (いちごジャム)	○	くじらのたつたあげ▲ キャベツのサラダ シチュー	くじらにく みそ だいす たまご	牛乳 スキムミルク	ほうれんそう にんじん しょうが キャベツ もやし たまねぎ	パン かたくりこ じゃがいも ジャム	あぶら	【昭和20年代】パン給 食が主流でした。 【昭和40年代】ソフト 麺が登場しました。
29	水	☆ おたんじょうび ミートソース スパゲティ	○	☆ きゅうしよく ☆ フレンチサラダ とうにゅうミルクプリン	ふたにく みそ	牛乳 チーズ	にんじん ブロッコリー たまねぎ セロリー マッシュルーム キャベツ コーン ブルーベリー レモン	スパゲティ プリンのもと さとう	あぶら オリーブオイル ドレッシング	1月生まれのみなさん  <b>ハッピー バースデー!</b>
30	木	むぎごはん	○	さばのみそに ごもくきんぴら かきたまじる みかん	さば みそ だいす たまご	牛乳	にんじん さやいんげん ほうれんそう	こめ むぎ さとう かたくりこ	あぶら	【昭和50年代】米飯給 食が推奨されました。 レトルト食品なども流 通しはじめた時代で す。
31	金	むぎごはん	○	ヤンニョムチキン たばやまナムル はるさめスー りんご	とりにく ベーコン	牛乳	ほうれんそう にんじん にら にんにく もやし たまねぎ ぶなしめじ りんご	こめ むぎ かたくりこ はくりきこ さとう はるさめ	あぶら ごま ごまあぶら	学校給食では、世界各 国の料理にも挑戦して います。ヤンニョムチ キンは韓国です。

\*つごうにより、こんだてのないようをへんこうするばあいがあります。

## 1/24~30学校給食週間

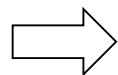
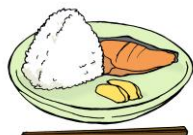
今年のテーマは『タイムスリップ 献立』

1月24日からの一週間は、学校給食の意義や役割を理解し、関心を高めるための週間として定められています。



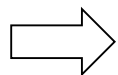
めいじ20年代

がっこうきゅうしよくが  
はじまったころ



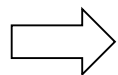
しょうわ20年代

アメリカからもらうこむぎこ  
でパンをつくっていました



しょうわ40年代

ソフト麺がとうじょう



しょうわ50年代

ごはんが中心の献立に  
なりました

