

日	曜日	献立名		あかいろのなかま		みどりいろのなかま		きいろのなかま		ひとくちメモ	
		主食	牛乳	おかず	たんぱくしつ 1群	むきしつ 2群	からだのちょうしをととのえるもの ビタミン(しょくもつせんい) 3群	4群	ねつやちからになるもの たんすいかぶつ 5群		しつ 6群
14	木	★ 2016年お祝い 給食 ★		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	かつおぶし たまご ぶたにく とりにく ツナ	牛乳 スキムミルク わかめ	にんじん かぶ かぶのは はくさい ねぎ しょうが だいこん きゅうり	さといも ごま パンこ さとう しらたまこ	みなさんが、元気に 過ごせますように！ と願いを込めた、 2016年お祝い給食
15	金	★ カミカミ 給食 ★		じゅうろっこく ごはん	○	さつまじる いかのねぎしおやき きりほしだいこんのいために	にぼし かつおぶし ぶたにく みそ いか ちくわ あぶらあげ	牛乳	にんじん ごぼう だいこん こんにゃく ねぎ しょうが にんにく きりほしだいこん えだまめ	ごまあぶら あぶら ごま さとう	です。今年もしっかり 食べて、勉強や 運動を元気に 頑張ろう！
18	月	★ カミカミ 給食 ★		むぎごはん	○	みそけんちんじる ほっけのしおやき☆ かぼちゃのそぼろあんかけ	とうふ みそ ほっけ ぶたにく	牛乳 こんぶ	にんじん かぼちゃ ほししいたけ グリーンピース	ごま ぶぎ さといも さとう かたくりこ	インフルエンザ・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 しましょう！
19	火	★ カミカミ 給食 ★		ゆかりごはん	○	キャベツのみそしる おでん ぼんかん	にぼし かつおぶし ぶたにく みそ ちくわ たまご はんぺん	牛乳	こまつな ゆかり たまねぎ キャベツ ねぎ こんにゃく だいこん ぼんかん	ごま ぶぎ さとう	
20	水	★ カミカミ 給食 ★		むぎごはん	○	ちゅうかふうコーンスープ ヤンニョムチキン☆ ナムル	とうふ たまご とりにく ハム	牛乳	パセリ にんじん ほうれんそう とうもろこし にんにく もやし	ごま ぶぎ かたくりこ ごむぎこ さとう	中学3年生と小学6年生 の残り少ない給食の時間 が少しでも楽しいもの となるよう、好きなメニュー を取り入れました。 ★印 小学6年生メニュー ☆印 です。お楽しみに♪
21	木	★ カミカミ 給食 ★		チリドッグ	○	かぶのスープ ひじきサラダ☆ グレープフルーツ	ソーセージ ぶたにく チーズ あかいんげん ひじき いんげんまめ しろういんげん ひよこまめ ベーコン	牛乳	パセリ にんじん たまねぎ かぶ かぶのは きゅうり とうもろこし れんこん グレープフルーツ	パン パンこ さとう あぶら マヨネーズ ごま	
22	金	★ カミカミ 給食 ★		むぎごはん	○	せんべいじる さばのしょうがに いかとだいこんのもの りんご	かつおぶし とりにく さば いか	牛乳 こんぶ	にんじん きぬさや ほししいたけ はくさい ねぎ しょうが だいこん りんご	ごま ぶぎ せんべい さとう	☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆ 日本の学校給食は、 明治22年に貧困児童 を救済する目的で始め られましたが、昭和 19年に戦争のため、 中断されました。 戦後、食糧難による 児童の栄養状態の悪化 を背景に、昭和21年 12月24日に再び 開始されました。 それ以来、この日を 「学校給食感謝の日」 としています。
25	月	★ カミカミ 給食 ★		ふじざくら ポークの カレー ライス☆	○	かむかむサラダ うめジャムゼリー	ぶたにく たまご なチーズ	牛乳 スキムミルク こなチーズ	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 とうもろこし えだまめ	ごま ぶぎ じゃがいも さとう ゼリーのもと うめジャム はちみつ	
26	火	★ カミカミ 給食 ★		ふかがわめし	○	だいこんのみそしる あじフライ こまつなのいそあえ	あさり かつおぶし にぼし みそ あぶらあげ あじ	牛乳 わかめ のり	にんじん こまつな しょうが だいこん えのきだけ もやし	ごま ぶぎ さとう ごむぎこ パンこ	
27	水	★ カミカミ 給食 ★		おにぎり (しお ・しらす わかめ☆)	○	とんじる★ さけのしおやき かぶのあますづけ	にぼし かつおぶし ぶたにく みそ さけ	牛乳 わかめ しらす	にんじん ごぼう だいこん ねぎ かぶ かぶのは	ごま ぶぎ さといも	
28	木	★ カミカミ 給食 ★		コッペパン	○	シチュー じゃがまるくん ほうれんそうのソテー	とりにく たまご	牛乳 スキムミルク チーズ	にんじん パセリ ほうれんそう たまねぎ しめじ ブロッコリー とうもろこし	パン ルウ マカロニ じゃがいも かたくりこ	
29	金	★ お誕生日 給食 ★		しゃんはいふう やきそば♪	○	わかめスープ いとかんてんのサラダ☆ あんにとんどうぶ	ぶたにく えび いか とうふ ツナ	牛乳 わかめ かいそう	あかパプリカ こまつな にんじん しょうが しいたけ ねぎ みずな きゅうり	めん さとう いとかんてん ゼリーのもと あんにとんどうぶのもと	☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆ 1月生まれのみなさん、 お誕生日おめでとう ございます！新メニュー 『上海風焼きそば』で お祝いします♪

*つごうにより、こんだてのないようをへんこうするばあがあります。

旬の食材～1月(睦月)～

キャベツ・みずな(きょうな)・ごぼう
こまつな・しゅんぎく・だいこん・ながねぎ
はくさい・ブロッコリー・ほうれんそう・れんこん
さわら・たら・ぶり・わかさぎ
いよかん・キウイフルーツ・みかん・レモン

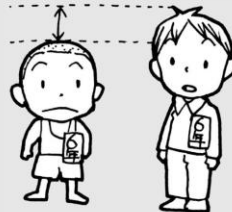
学校給食週間って 知ってる？

1月24～30日は給食週間です

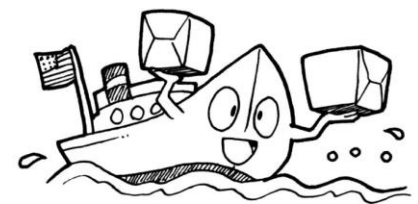
昭和21年12月24日から学校給食が始まりました。学校が冬休みなので、1ヵ月おくれの1月24日が《給食記念日》になりました。



昭和20年、今から65年くらい前、日本は戦争が終わったばかりで、食料が不足し、みんなおなかをすかせていました。



そのころの小学校6年生は、今の4年生くらい
のからだの大きさでした。



日本の子どもたちの様子を見てアメリカから脱脂粉乳などがたくさん送られてきて給食を始めることになりました。

☆ 学校給食週間中のメニュー ☆ ※詳しくは、給食だよりを読んでね。

- 22(金) 青森県の郷土料理・特産物を使った料理
- 25(月) 山梨県の特産物を使った料理
- 26(火) 東京都の郷土料理・特産物を使った料理
- 27(水) 明治22年 学校給食が始まった当時の給食
- 28(水) 昭和25年 8大都市の小学生児童対象の完全給食がおこなわれるようになった当時の給食(現代版に少しアレンジしてあります。)

いつも何気なく食べている給食ですが、どんな人たちの協力を経てみなさんの口に入るのか、よく考える1月にしましょう。

みなさんのために配膳してくれる、クラスの給食当番のお友だち



給食で使う食べ物をつくってくれる人たちや、それを運んでくれる方々

