

# 給食献立表

令和3年 1月

石川県立盲学校

*牛乳は毎日つきます。 *都合により献立を変更することがあります。 		7 (木)	8 (金)	
		ご飯 ぶりの照り焼き 付)紅白なます 七草汁 りんごきんとん	カレーライス ほうれん草のごまサラダ 果物	
11 (月)	12 (火)	13 (水)	14 (木)	15 (金)
成人の日 	中華丼 ごぼうのカミカミサラダ フルーツ豆乳杏仁	ミルクロール 魚のグラタン(さけ) リクエスト ブロッコリーとクルミのサラダ 小豆粥風スープ 小正月	ご飯 大豆入り松風焼 付) ゆで野菜 車麩のお浸し なめこ汁	スパゲッティ・ナポリタン 豆とひじきのツナサラダ ふわふわスープ
18 (月)	19 (火)	20 (水)	21 (木)	22 (金)
ご飯 麻婆豆腐 焼き餃子 付)もやしのナムル 卵とじゃがいものスープ	茶飯 おでん ポテトサラダ 水ようかん	ビーンズドライカレードースト おからツナサラダ 野菜スープ	ご飯 <b>リクエスト</b> 魚の石垣焼き(あじ) 付) なます ひじき豆煮 にゅうめん	あんかけ焼きそば 白菜としらすのゆずサラダ 手作りりんごゼリー
25 (月)	26 (火)	27 (水)	28 (木)	29 (金)
全国学校給食週間 1月24日～30日				
おにぎり 鮭の塩焼き <b>明治22年の給食</b> 付)お浸し けんちん汁	麦ごはん 蓮蒸し 大豆入りサラダ とり野菜みそスープ <b>石川県</b>	ミルク食パン(ジャム) 蓮根入りハンバーグ <b>石川県</b> <b>リクエスト</b> 付) ゆで野菜 切干大根サラダ 野菜スープ	ハントンライス <b>石川県</b> ブロッコリーとりんごのサラダ マカロニスープ	かやくうどん 甘エビのかき揚げ 付)ごま酢和え 五郎島金時のフルーツヨーグルト <b>石川県</b>

## 1月24日～30日は全国学校給食週間です

1日目は、日本の学校給食が始まった頃の献立を一部取り入れました。

日本の学校給食の起源は、明治22年に貧しく生活に困っている子どもたちを対象に昼食を無償で提供したものでした。現在の学校給食は栄養バランスのとれた豊かな献立で、子どもたちの健康や成長を支えています。また、地域の地場産物や食文化なども学ぶことができます。

2日目以降は、加賀れんこんを使った蓮蒸しやハンバーグ、ご当地グルメのハントンライスなど、石川県の食材や食文化を取り入れた献立にしました。

出典：年代別モデル献立資料（独立行政法人日本スポーツ振興センター）を加工して作成



明治22年の献立  
おにぎり、焼き魚、漬物



昭和22年の献立  
トマトシチュー、脱脂粉乳



昭和25年の献立  
コッペパン、脱脂粉乳、  
ポタージュスープ、コロッケ、  
せんキャベツ、マーガリン



昭和52年の献立  
カレーライス、牛乳、塩もみ、  
バナナ、スープ