

1月 給食だより



令和6年1月
津幡町立太白台小学校

3学期が始まりました。元日の能登半島地震により被害にあわれた方にお見舞い申し上げます。

さて、9日～12日の間、断水の影響により、給食の提供ができませんでした。急遽、お弁当対応にご協力いただきありがとうございます。15日より給食が始まります。今年もおいしく安全な給食を目指していきます。よろしくお願いいたします。

1月24日～1月30日は「全国学校給食週間」です

学校給食の始まりは？



学校給食は、明治22年（1889年）、山形県の忠愛小学校で、家が貧しい子どもたちへ無償で昼食を出したのが始まりとされています。献立は塩さけ、おにぎり、漬け物といわれています。その後、全国各地に広まりました。

学校給食の役割は？

現在の学校給食は、栄養バランスのとれた食事、成長期にある子どもたちの健やかな成長を支え、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけるために重要な役割を果たしています。



つるおかし 寺ら たいとくじ
鶴岡市のお寺「大督寺」

忠愛小学校は、大督寺の境内にありました。このお寺のお坊さんが、一軒一軒お経を唱えながら民家を回り、お米やお金をいただき、弁当を持ってこれない子どもたちに昼食を作りました。現在の住職の話によると、その当時の昼食の魚は、川魚が主流だったそうです。

昭和34年（1959年）に、学校給食70周年記念式典が開催され、記念碑が建立されました。



がっこうきゅうしょくはつしょう ち きねん ひ
「学校給食発祥の地」の記念碑

がっこうきゅうしょく うつ か 学校給食の移り変わり

昭和22(1947)年1月

戦後すぐの給食は、アメリカからの支援物資である脱脂粉乳と、脱脂粉乳と缶詰で作ったシチューなどが提供されました。



脱脂粉乳 ・トマトシチュー

昭和27(1952)年

肉は手に入らないため、主に鯨肉がたんぱく源として提供されました。



脱脂粉乳 ・鯨の竜田揚げ
・コッペパン ・サラダなど

昭和52(1977)年

米を使った学校給食が始まりました。



牛乳 ・カレーライス
・果物 ・サラダなど

完全給食と呼ばれる現在の給食の形になりました。



令和 5 年度 1 月分 給食予定献立表 3色食品表 津幡町

日	献立名	主に体をつくる(赤)	主に熱や力のもとになる(黄)	主に体の調子を整える(緑)	エネルギー	たんぱく質	脂質
15 (月)	ゆかりごはん コロッケ こんにゃくのきんぴら★ ぶたもやしじる デザート(みかんクレープ)	豚肉 さつまいも 豚肉 焼き豆腐 みそ 豆乳 大豆粉	米 じゃがいも 豚脂 パン粉 小麦粉 さとう 植物油 水あめ でんぷん 大豆油 さとう サラダ油 さとう 米粉 さとう 油脂 水あめ でんぷん	赤しそ たまねぎ こんにゃく ごぼう にんじん いんげん にんにく もやし にんじん えのきたけ ねぎ みかん果汁 レモン果汁	640	22.9	20.2
16 (火)	ごはん とりにくとれんこんのくろずあん★ とうにゅうごまたんたんスープ くだもの(みかん)	鶏肉 牛肉 豚肉 豆腐 豆乳 みそ	米 でんぷん 大豆油 サラダ油 さとう ごま ごま油	たまねぎ にんじん ピーマン しょうが れんこん しょうが ねぎ にんにく たまねぎ にんじん たけのこ 干しいたけ にら みかん	684	25.8	22.1
17 (水)	チーズクッパ フライドチキン はなやさいサラダ コーンポタージュ	脱脂粉乳 チーズ 鶏肉 ベーコン 牛乳	小麦粉 さとう マーガリン でんぷん 大豆油 サラダ油 さとう 米粉 生クリーム	ブロッコリー カリフラワー 赤ピーマン とうもろこし たまねぎ にんじん パセリ	645	27.6	27.9
18 (木)	ごはん いわしのみそに きりぼしだいこんのごまマヨあえ★ しおとんじる	いわし みそ ロースハム 豚肉	米 さとう でんぷん さとう ノンエッグマヨネーズ ごま じゃがいも	しょうが 切り干し大根 きゅうり にんじん たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ	589	25.0	16.5
19 (金)	ごはん キャベツメンチカツ うすあげとこまつなのあえもの あさりのみそしる	豚肉 鶏肉 うすあげ あさり 絹ごし豆腐 みそ	米 パン粉 小麦粉 でんぷん 豚脂 さとう 大豆油 さとう	キャベツ こまつな もやし にんじん たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ	596	22.2	19.5
22 (月)	ごはん ぶたにくのくわやき ひじきのいために ごまじる	豚肉 ひじき さつまいも 鶏肉 みそ	米 でんぷん 大豆油 さとう サラダ油 さとう ごま	こんにゃく にんじん えだまめ こまつな だいこん にんじん たまねぎ	668	27.5	24.6
23 (火)	ごはん チヂミ ちゅうかふうだいこんサラダ ジャジャンどうふ	おから 大豆たん白 厚揚げ 牛肉 豚肉 赤みそ	米 米粉 ショートニング じゃがいも 植物油 大豆油 でんぷん さとう ごま油 ごま さとう サラダ油 さとう でんぷん ごま油	にんじん たまねぎ にら にんにく だいこん もやし にんじん きゅうり にんにく しょうが 干しいたけ にんじん たまねぎ たけのこ チンゲン菜 ねぎ	660	21.1	21.5
24 (水)	こめこミルクロール さけのハーブやき パンネとしいたけのトマトソース かほくのめぐみクリームスープ	脱脂粉乳 鮭 ベーコン 牛乳	米粉 小麦粉 さとう ショートニング マーガリン オリーブ油 パンネ サラダ油 さとう 長いも さつまいも 米粉	バジル パセリ にんじん たまねぎ 生しいたけ ヒーモン トマト たまねぎ にんじん こまつな	628	26.8	22.3
25 (木)	ごはん いしかわけんさんれんこんバーグ じぶにふう ふかしのかきたまじる	豚肉 鶏肉 鶏肉 鶏卵 絹ごし豆腐 ふかし みそ	米 パン粉 さとう すだれ麩 さとう でんぷん	たまねぎ れんこん にんじん たけのこ 生しいたけ ほうれんそう わさび たまねぎ えのきたけ	615	29.2	17.6
26 (金)	ごはん めぎすのからあげ★ うちまめいりあいませ なかじまのうどんじる	めぎす 打ち豆 鶏肉 みそ	米 でんぷん 大豆油 さとう サラダ油 さとう 中島菜うどん(小麦粉)	だいこん にんじん ごぼう 中島菜うどん(中島菜) はくさい たまねぎ にんじん ねぎ	592	26.0	15.8
29 (月)	そばろっコリーごはん(ごはん) (ぐ) はくさいのゆずふうみサラダ わかめスープ	豚肉 牛肉 ひじき いり卵 みそ ツナ 鶏肉 絹ごし豆腐 わかめ	米 サラダ油 さとう ノンエッグマヨネーズ ごま	しょうが ブロッコリー にんじん はくさい きゅうり にんじん ゆず たまねぎ ねぎ	606	24.6	21.2
30 (火)	ごはん さばのみぞれに ブロッコリーとチーズのクリーミーサラダ だんごのもちもちがやみつきみそしる	さば チーズ うすあげ みそ	米 さとう でんぷん さとう オリーブ油 団子(米粉 でんぷん)	だいこん ブロッコリー キャベツ にんじん 団子(れんこん) だいこん にんじん ねぎ	652	25.6	24.9
31 (水)	ミルクロール チキンナゲット ポテリヨネーズ コンソメジュリアン	脱脂粉乳 鶏肉 大豆たん白 おから 豚肉 ベーコン	小麦粉 さとう ショートニング マーガリン パン粉 でんぷん さとう 小麦粉 米粉 クラッカー粉 大豆油 じゃがいも サラダ油 さとう	たまねぎ パセリ にんじん たまねぎ もやし キャベツ ピーマン	633	24.5	28.3

※ 牛乳(主に体をつくる)は毎日つきます。※ 都合により一部献立を変更することもあります。※毎月かみかみ献立を実施。(★印)

栄養価平均 (中学年)	エネルギー	たんぱく質	脂肪	カルシウム	鉄	レチノール当量	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	塩分	マグネシウム	亜鉛
	638kcal	16.0%	31.2%	363mg	3.2mg	267μg	0.59mg	0.55mg	22mg	4.1g	2.5g	84mg	3.1mg