



1月予定献立表

《今月のめあて》

なんでもたべて、じょうぶなからだをつくろう

平成26年度1月

給食回数 15回

9日（金）から3学期の給食が始まります。3学期もよろしくお願ひいたします！

武藏野市立本宿小学校

日	曜	こ ん だ て	牛 乳	つかうもの（材料）			コ メ ン ト	ランチルーム
				体をつくる（あか）	力や熱となる（き）	体の調子をととのえる（みどり）		
9	金	せんごくまめごはん おぞうに れんこんのりあげ にびたし むぎちやみかん		せんごくまめごりにく かまぼこスキムミルク たまご のりあぶらあげ	しちぶまい あぶら もち じやがいも パンこさとう	だいこん にんじん こまつな ながねぎ れんこん しょうが はくさい みかん	<u>郷土料理がたくさん！</u>	
13	火	ごはんしもつかれじる あつやきたまご いとこんにやくのあまからいため むぎちや		さけ だいす あぶらあげ たまごとうふ とりにく ぶたにく	しちぶまい あぶら こんにやく さとう ごまあぶら	だいこん にんじん ごぼう こまつな たまねぎ ほうれんそうしめじ	1月は、郷土料理 がたくさん給食に 出ます。今まで 給食で使ったこと のない食材や、 新しいメニューが 出るので、楽しみ にしていてください♪	3-1 6-1
14	水	カレーうどん がんもどきとまごにやくのもの かほちやのおやき	○	ぶたにく がんもどき ぎゅうにゅう スキムミルク	うどん でんぶん こんにやく さとう こむぎこ ごまあぶら あぶら	たまねぎ にんじん ながねぎ こまつな かほちや		
15	木	ひじきごはん わふうスープ ししゃものてんぶら じやがいのそぼろに むぎちや		あぶらあげ ひじき とりにく ベーコン ししゃも たまご ぶたにく	しちぶまい むぎ あぶら さとう ごま じやがいも こむぎこ でんぶん	にんじん ごぼう たまねぎ きやべつ こまつな しょうが		1-2 5-1
16	金	ごへいもち にくボールスープ あつあげどうふのもの	ミホ ルツ クト	ぶたにく ひじき スキムミルク たまご なまあげ ぎゅうにゅう	しちぶまい あぶら さとう ごまでんぶん じやがいも	たまねぎ にんじん きやべつ コーン セロリ こまつな だいこん マッシュルーム		
19	月	パン ミネストローネスープ マカロニグラタン みかん	○	ウインナー とりにく ぎゅうにゅう スキムミルク チーズ	パン じやがいも あぶら マカロニ バター こむぎこ なまクリーム	たまねぎ きやべつ にんじん セロリ にんにくトマト マッシュルーム コーン パセリ みかん	<u>13日（火）しも つかれじる</u> 栃木県の郷土料 理で、鮭や大 豆、おろした大根 やにんじんなど が入った具だくさ んの汁です。	1-1 2-1
20	火	ごはん こんさいたっぷりスープ とうふのナゲット ひじきに ヨーグルト		とうふ ぶたにく ひじき スキムミルク たまご あぶらあげ ヨーグルト	しちぶまい じやがいも あぶら こむぎこ さとう	たけのこ だいこん にんじん ごぼう たまねぎ ながねぎ セロリ にんにく こまつな		
21	水	スパゲティーナポリタン やさいソ テー こうやどうふのスコーン でづくりりんごジャム	○	ぶたにく ベーコン こうやどうふ スキムミルク たまご ぎゅうにゅう	スパゲティー バター あぶら こむぎこ さとう	たまねぎ しめじ にんにく ビーマントマト バセリ きやべつ こまつな コーン りんご レモン		
22	木	ごはん みそしる はなまめに さばのおろしソース ねぎしおきんび ら		わかめ あぶらあげ はなまめ さば ぶたにく	しちぶまい じやがいも さとう でんぶん あぶら ごまあぶら	ながねぎ だいこん しょうが れんこん にんじん ごぼう にんにく		3-2 4-2
23	金	カレーライス ポイルやさい わふうドレッシング りんご	○	ぶたにく スキムミルク ぎゅうにゅう	しちぶまい むぎ あぶら じやがいも さとう こむぎこ バター	たまねぎ にんじん にんにく しょうが りんご マンゴーチャツ ネ プロッコリー コーン キゅべつ		
26	月	パン ホワイトシチュー とりのマーマレードやき やさいソテー	○	ぶたにく ベーコン スキムミルク ぎゅうにゅう とりにく	パン じやがいも こむぎこ バター あぶら なまクリーム さとう マーマレード	たまねぎ にんじん マッシュルーム こまつな プロッコリー きやべつ		
27	火	けいはん いなりやき ぶたにくときやべつのみそいため	○	とりにくたまご スキムミルク のり あぶらあげ ぶたにく ひじき ぎゅうにゅう	しちぶまい あぶら さとう こんにやく ごまあぶら	にんじん ほししいたけ ながね ぎ しょうが もやしきやべつ		
28	水	ジャージャーメン もずくじる やさいソテー	○	ぶたにく だいす たまご もずく ぎゅうにゅう	ちゅうかめん あぶら さとう でんぶん むかごこんにやく	ほししいたけ たけのこ にんじん ながねぎ しょうが きやべつ こまつな れんこん		
29	木	たにどん みそしる きりぼしだいこんとぶたにくのもの ヨーグルト むぎちや		ぶたにく たまご ヨーグルト	しちぶまい むぎ あぶら さとう さといも こんにやく	たまねぎ ほししいたけ こまつな だいこん ながねぎ にんじん きりぼしだいこん すいき たけのこ		
30	金	ごはん とんじる むろあじメンチカツ おんやさい	ミホ ルツ クト	ぶたにく とうふ たまご ぎゅうにゅう スキムミルク ゆば あぶらあげ	しちぶまい さといも こんにやく あぶら パンこ こむぎこ さとう	だいこん にんじん こまつな ながねぎ にんにく たまねぎ もやしほうれんそきやべつ		2-1 4-1

献立は都合により変更される事もあります。

お詫びと訂正

12月の献立表に一部誤りがありました。給食実施回数を18回とお伝えしましたが、正しくは17回です。

お詫び申し上げるとともに、訂正させていただきます。

1月24日～1月30日は、学校給食週間です！

学校給食は、明治22年（1889年）山形県鶴岡町（現在の鶴岡市）の私立忠愛小学校で、僧侶たちが貧困児童を対象におにぎり・塩びき（塩ます）・たくあんを出したのが始まりです。

その後全国に広まりましたが、昭和19年（1944年）第二次世界大戦の激化により中断されました。

戦後の食料難から子どもたちを救おうと、ララ（アジア救済公認団体）からの物資援助を受けて、学校給食が昭和21年12月24日に再開され、これを記念して12月24日が学校給食感謝の日と定められていました。その後、昭和25年にララ・ユニセフ等による給食物資の寄贈に対し感謝の意を表し、学校給食が戦後再発足した意義を考える観点から、新たに冬休みと重ならない1月24日から30日が全国学校給食週間として定められました。

