



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

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！

平成26年度1月

給食回数 15 回

武蔵野市立本宿小学校

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のりあげ にびたしむぎちや みかん		せんごくまめ とりくかまぼこ スキムミルク たまごのりあげ	しちぶまい あぶら もちじゃがいも 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	郷土料理がたくさん! 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、楽しみにしててください♪ 13日(火)しもつかれじる 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。 30日(金)むろあじメンチカツ 東京都八丈島で獲れるむろあじを使用します。 	
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 だいず 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		3-1 6-1
14 水	カレーうどん がんもどきとたまこんにやくのものかぼちやのおやき	○	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 かぼちや		
15 木	ひじきごはん わふうスープ ししゃものてんぶら じゃがいものそぼろに 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 じゃがいも 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	ミホロット	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 じゃがいも	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 じゃがいも あぶら マカロニ パター 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		1-1 2-1
20 火	ごはん こんさいたつぶりスープ 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 じゃがいも 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 て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 パター あぶら こむぎこ さとう	たまねぎ しめじ にんにく ピーマン トマト パセリ 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 ねぎしおきんぴら		わかめ あぶらあげ はなまめ さば ぶたにく	しちぶまい じゃがいも 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 ボイルやさい 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 じゃがいも さとう こむぎこ パター	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 ブロッコリー コーン きやべつ		
26 月	パン ホホワイトシチュー 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 じゃがいも こむぎこ パター 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 ブロッコリー 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 だいず 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	たにんどん 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 ずいき 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	ミホロット	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 ほうれんそう 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。お詫び申し上げますとともに、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。