

れいわ おんど
令和3年度



がつがっこうきゅうしょくこんだてよていひょう 1月学校給食献立予定表

こぶちさわがっこうきゅうしょく
小淵沢学校給食センター

日 曜日	献立名	あか なかま しょくひん 赤の仲間の食品 ち・にく・ほねをつくる		みどり なかま しょくひん 緑の仲間の食品 からだのちょうしをととのえる		きいろ なかま しょくひん 黄色の仲間の食品 ちからやねつになる		ぎょうじ 行事
		くん 1群	くん 2群	くん 3群	くん 4群	くん 5群	くん 6群	
		ほくとしさん は北杜市産、						
11 か 火	むぎごはん					こめ	むぎ	中給食開始
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
	ぶたにくのすき焼き	ぶたにく やきどうふ		にんじん	たまねぎ しらたき はくさい	さとう	こめあぶら	
	だいこんのあさづけ		しおこんぶ	にんじん	だいこん きゅうり		しろいりごま	
	みそしる	みそ あぶらあげ	にぼし		えのきたけ キャベツ ねぎ りんご	ふ		
12 すい 水	ふゆやさいのカレーライス	とりにく		にんじん ブロッコリー ほうれんそう	にんにく しょうが たまねぎ だいこん れんこん すりおろしりんご	こめ むぎ じゃがいも	こめあぶら カレールウ ハヤシルウ	小給食開始
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
	キャベツのあまずいため くだもの(みかん)	ベーコン		にんじん	キャベツ きゅうり みかん	さとう	こめあぶら	
13 もく 木	ミートソース焼きそば	ぶたにく	チーズ	にんじん トマト	もやし キャベツ にんにく しょうが たまねぎ	ちゅうかめん	こめあぶら デミグラスソース	
	こどもパン					こどもパン		
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
	ブロッコリーとツナのサラダ ヨーグルト	ツナ(まぐろ)		にんじん ブロッコリー	カリフラワー ホールコーン		ドレッシング	
14 きん 金	むぎごはん					こめ	むぎ	
	あじつけのり		あじつけのり					
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
	さけのしおやき	さけ						
	はくさいのごまあえ			にんじん ほうれんそう	はくさい	さとう	しろすりごま	
しらたまだんごぞうにじる	とりにく みそ	にぼし	にんじん みずな	こぼろ しいたけ だいこん ねぎ	しらたまだんご			
17 げつ 月	コッペパン					コッペパン		
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
	パンネカルボナーラ	ベーコン たまご	チーズ ぎゅうにゅう なまクリーム	にんじん	にんにく たまねぎ マッシュルーム	パンネ	こめあぶら	
	くきわかめサラダ		くきわかめ あかつのまた すきのり		きくらげ ホールコーン きゅうり カリフラワー		ドレッシング	
	ぶたにくともやしのスープ	ぶたにく		にんじん ほうれんそう	にんにく もやし	かたくりこ	こめあぶら	
18 か 火	マーボーはくさいどんぶり	ぶたにく みそ とりにく		にんじん	にんにく しょうが ただけのこ ねぎ	こめ むぎ さとう かたくりこ	こめあぶら こまあぶら	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
	はるさめサラダ			にんじん	キャベツ きゅうり もやし	さとう	ごまあぶら	
	ごまだんご					ごまだんご		
19 すい 水	むぎごはん					こめ	むぎ	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
	さばのたつたあげ	さば			しょうが	さとう	こめあぶら	
	だいこんのあまからに なめこじる	ぶたにく		にんじん こまつな	だいこん こんにゃく	こむぎこ さとう	こめあぶら	
	ひとくちみかんゼリー	とうふ みそ	にぼし	とうみょう	なめこ ねぎ		ひとくちみかんゼリー	
20 もく 木	フォカッチャ					フォカッチャ		
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
	ハンバーグケチャップソース	ハンバーグ						
	はなやさいサラダ			ブロッコリー	カリフラワー キャベツ きゅうり ホールコーン		ドレッシング	
	チンゲンサイとベーコンのクリームに くだもの(りんご)	ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん チンゲンサイ	たまねぎ マッシュルーム りんご		こめあぶら シチュールウ	
21 きん 金	ゆかりごはん				ゆかり(あかじそ)	こめ	むぎ	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
	にくじゃが	ぶたにく		にんじん さやいんげん	たまねぎ しらたき	さとう じゃがいも	こめあぶら	
	やさいとわかめのすのもの		わかめ		きゅうり キャベツ だいずもやし	さとう		
	みそしる	とうふ みそ あぶらあげ	にぼし	とうみょう	はくさい ねぎ			
とうにゅうプリン					とうにゅうプリン			

まいつき じち
毎月19日は
食育の日

やまなしけん ほくとし
山梨県北杜市のおい
しいものを食べよう!!

1月学校給食献立予定表

小淵沢学校給食センター

日 曜日	献立名	赤の仲間の食品		緑の仲間の食品		黄色の仲間の食品		行事
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
		は北杜市産、 は山梨県産を使用する予定です。						
24 月	かぼちゃのほうとう	ぶたにく あぶらあげ		にんじん かぼちゃ	だいこん しいたけ ねぎ	ほうとう		1月24日~30日 「全国学校給食週間」 学校給食は明治22年、山形県の小学校で昼食を持参できない子どもたちに、おにぎりや漬物を用意したのが始まりです。戦争で中断されましたが、戦後、救援物資などでパンや脱脂粉乳の給食が再開され、栄養不足の子どもたちを救ったのです。これを記念して定められたのが学校給食週間です。当時は振り返り食べ物に感謝したり、食生活を見つめ直したりする1週間です。今週は山梨県や北杜市でとれた食べ物を献立に入れ、生き物の命や自然の恵みに感謝して味わって食べてほしいと思います。
	こめこパン				こめこパン			
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
	わかさぎのからあげ	わかさぎからあげ					こめあぶら	
25 火	もやしののりあえ		のり	にんじん	だいずもやし	さとう	こめあぶら	
	しこくまいごはん					こめ むぎ しこくまい		
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
	とりにくのワインソース	とりにく みそ			マッシュルーム	さとう		
	おからのにももの	おから あぶらあげ		にんじん	しいたけ ねぎ つきこんにやく	さとう	こめあぶら	
26 水	かきたまじる	たまご かつおぶし	こんぶ わかめ	にんじん	たまねぎ えのきたけ	かたくりこ		
	ミニトマト			ミニトマト				
	フジザクラポークのハヤシライス	フジザクラポーク		パセリ にんじん		こめ むぎ		
27 木	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
	キャベツとハムのソテー	ハム		あかパプリカ きパプリカ	もやし キャベツ		こめあぶら	
	くだもの(キウイフルーツ)				キウイフルーツ			
	ガーリックトースト			パセリ	にんにく	しよくパン	バター	
28 金	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
	きりぼしだいこんサラダ			にんじん	キャベツ きゅうり きりぼしだいこん	さとう	こめあぶら	
	にくだんごとはくさいのスープにのむいちごヨーグルト	とりにくだんご		にんじん	しいたけ はくさい ねぎ			
	むぎごはん					こめ むぎ		
31 月	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
	なっとう	なっとう						
	ひじきのマヨネーズあえ		ひじき	にんじん ほうれんそう	きゅうり しらたき	さとう	マヨネーズ	
	とんじる	ぶたにく みそ とうふ	にぼし こんぶ	にんじん	こぼろ だいこん こんにやく ねぎ みかん	じゃがいも	こめあぶら	
31 月	くだもの(みかん)							
	みそラーメン	ぶたにく みそ とりにく なると		にんじん にら	にんにく もやし ホールコーン めんま	ちゅうかめん	こめあぶら	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
はるまき	はるまき							
はくさいとりんごのサラダ			にんじん	はくさい キャベツ きゅうり りんご	さとう	こめあぶら		

☆毎年6月は「食育週間」 毎月19日は「食育の日」 ※材料の都合により献立の内容を変更する場合があります。

1/24~1/30 「全国学校給食週間」

学校給食の昔と今

昔の給食を見てみよう!

昭和22年ごろ

LARA 物質の脱脂粉乳や缶詰を使って、給食が作られました。ミルクは、牛乳から脂肪分を取り除いて乾燥させた「脱脂粉乳」をお湯で溶いたもので、独特な風味で苦手な子どもが多かったようです。

トマトシチュー・ミルク

昭和25年ごろ

アメリカから寄贈された小麦粉を使い、パン・ミルク・おかずの「完全給食」が始まりました。おかずには、当時は安価だったクジラ肉やちくわがよく使われていました。

コッペパン・ミルク・カレーシチュー

昭和40年ごろ

パン以外の主食として、昭和38年ごろからソフトめん(ソフトスパゲッティ式めん)が導入されました。牛乳は、昭和33年から一部地域で供給され、昭和39年に本格的な供給が始まりました。

ソフトめん五目あんかけ・牛乳・甘酢あえ・みかん

昭和51年ごろ

昭和51年に米飯(ごはん)が正式に導入されました。当時は、ご飯を炊く設備がない所が多く、おかずを作る釜で、ご飯とおかずの両方を調理するため、回数は多くありませんでした。

カレーライス・牛乳・サラダ・バナナ

今の給食は?

ご飯を中心とした和食の献立を基本に、郷土料理や行事食を提供しています。また、世界の多様な食文化への理解を深めることを目的とし、さまざまな国の料理も取り入れています。そして、食事の提供だけでなく、栄養バランスや地域の食文化、食べ物への感謝の気持ちなど、さまざまなことを学ぶための「生きた教材」として活用するなど、「食育」の役割も担っています。