



☆今月のテーマ☆
感謝して食べよう

1月24日から30日は
全国学校給食週間です

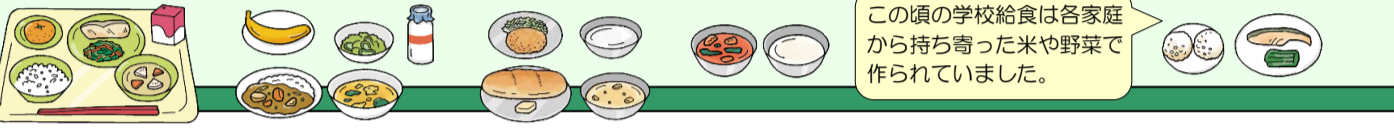
武蔵共同調理場

第二次世界大戦後、ユニセフなどから支援を受け、戦争で中断していた学校給食が再開されました。昭和21年12月24日に給食用物資の贈呈式が行われ、この日を「学校給食感謝の日」と決めました。昭和25年度からは、冬休みと重ならないように1月24日から30日の一週間が「学校給食週間」となりました。

私たちの毎日の食事は、動植物の命や食事を支えるたくさんの人々のおかげで成り立っています。食べられることは当たり前ではありません。食事の始めと終わりには感謝の気持ちを込めて、あいさつをしましょう。

学校給食の歴史
当時の献立例

二平 十年 年	五 五年	二 九年	二 六年	二 二年	二 二年	一 八年	七昭 昭和 年	二明 治 二年
進計画が策定される	熊本市食の安全・安心食育推進計画が策定される	熊本市で週一回の米飯給食が始まる(昭和五八年より週二回、平成五年度より週三回)	熊本市の小学校(六校)で完全給食が実施される	熊本市の全小学校(二十六校)でミルクと缶詰の学校給食が始まる	「ユニセフ」という救済団体や、「ユニセフ」から小麦粉や脱脂粉乳、缶詰などが送られ学校給食が再開される	戦争が激化し、食糧不足のため、各地で学校給食が中止される	校給食が開始される	山形県鶴岡市の忠愛小学校で学校給食が始まる



いただきます
食べ物はもとも生きて動物や植物の命です。その命をいただくことへの感謝が込められています。

ごちそうさま
漢字で「ご馳走さま」と書き、食事を用意するために駆け回ってくれてありがとうという意味です。

【今月の市産品活用予定】
ねぎ ほうれん草 水菜 小松菜
チンゲン菜 京菜 さつまいも
スティックセニョール

日	曜	献立名	使用する食品名					栄養価 中学校生徒 I補正-(kcal) たんぱく質(g)	実施	武蔵中	
			(赤) おもに体をつくるもの		(緑) おもに体の調子を整えるもの		(黄) おもにエネルギーのもとになるもの				
			おもにたんぱく質	おもに無機質	おもにカロテン	おもにビタミンC	おもに炭水化物				おもに脂質
11	火	麦ごはん 牛乳 肉じゃが ひごまるあえ 手作りふりかけ	魚・肉・卵・豆・豆製品	牛乳・小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜・きのこ・果物	穀類・いも類・さとう	油脂	802	① ② ③	X X X
12	水	コッペパン 牛乳 ポークビーンズ カミカミナッツサラダ ほんかん	豚肉・大豆	牛乳	人参・トマト	にんにく・玉ねぎ・しめじ キャベツ	パン マカロニ・じゃが芋・砂糖 砂糖	油 油・カシューナッツ・ごま油	806	① ② ③	① ② ③
13	木	ごはん 牛乳 魚のかば焼き れんこんの酢の物 京菜入り白玉汁	いわし	牛乳	人参	れんこん・もやし 大根・しいたけ	米 でんぷん・砂糖 砂糖	油 ごま	798	① ② ③	① ② ③
14	金	冬野菜カレー 牛乳 スティックセニョールのサラダ	豚肉	チーズ・スキムミルク	人参	玉ねぎ・大根・にんにく・生姜・りんご	米・麦・じゃが芋 砂糖	油 油	807	① ② ③	① ② ③
17	月	ミルクパン 牛乳 ししゃもフライ 大豆と水菜のサラダ 卵スープ	カルたんデー	牛乳	水菜	大根	パン パン粉	油 油	817	① ② ③	① ② X
18	火	麦ごはん 牛乳 マーボー豆腐 ナムル	豚肉・大豆・豆腐・みそ	牛乳	人参・ねぎ	玉ねぎ・たけのこ・しいたけ・にんにく・生姜	米・麦 砂糖・でんぷん	油・ごま油 ごま・ごま油	803	① ② ③	① ② X
19	水	ココアパン 牛乳 クリームスパゲティ 海藻サラダ ナッツ入り黒糖ビーンズ	鶏肉	牛乳・チーズ わかめ・海藻	ほうれん草・人参	玉ねぎ・コーン 大根	パン スパゲッティ	油 ごま・油	831	① ② X	① ② X
20	木	ごはん 牛乳 さばのごまみそソースかけ 五色あえ けんちん汁	さば・みそ 卵	牛乳 昆布	ほうれん草・人参	白菜・生姜 ごぼう・生姜	米 でんぷん・砂糖 砂糖	油・ごま ごま油 油	833	① ② ③	① ② ③
21	金	麦ごはん 牛乳 レバーとさつまいもの揚げがらめ ゆかりあえ 豚汁	てっつんデー	牛乳	鶏レバー	チンゲン菜・ゆかり もやし・キャベツ	米・麦 でんぷん・さつまいも・砂糖	油 砂糖	817	① ② ③	① ② ③
<p>学校給食週間中の24日~27日は、中学生が考えた献立です。詳しくは、別紙給食週間特別号をご覧ください。</p>											
24	月	麦ごはん 牛乳 ほうれんこんドライカレー 豆腐サラダ 野菜のあったかスープ	豚肉 豆腐	牛乳	ほうれん草・人参 水菜・パプリカ	玉ねぎ・れんこん・にんにく・生姜 きゅうり	米・麦 砂糖	油 ごま油・油	786	① ② ③	① ② ③
25	火	ねぎ塩豚丼 牛乳 キャベツの塩昆布あえ 白菜と人参のスープ	豚肉・厚揚げ	牛乳	ねぎ	玉ねぎ・にんにく キャベツ・もやし	米・でんぷん	ごま油・油 ごま	792	① ② ③	① ② ③
26	水	麦ごはん 牛乳 小松菜と豚肉炒め ひじき煮 さつまいものみそ汁	豚肉・卵・厚揚げ	牛乳	小松菜	えだ豆	米・麦 砂糖・でんぷん	油・ごま油 油	813	① ② ③	① ② ③
27	木	甘辛豚丼 牛乳 カラフルサラダ ゴロゴロだご汁	豚肉	牛乳	人参	玉ねぎ・生姜 キャベツ・コーン	米・こんやく・砂糖・でんぷん	油 ごま油・ごま	783	① ② ③	① X ③
28	金	2割麦ごはん 牛乳 めざし たくあん 根菜のみそ汁	学校給食が始まった頃の献立を再現したものです。	牛乳	めざし	たくあん漬	米・麦	油	786	① ② ③	① X ③
31	月	パンパン 牛乳 魚フライ アイアンサラダ うずら卵入り五目スープ	ホキ ツナ	牛乳	ひじき	小松菜 切干大根・もやし	パン パン粉 小麦粉	油 ごま・ごま油	790	① ② ③	① ② ③

※ 都合により、献立を変更する場合があります。

※ 食物アレルギー等で対応が必要な場合は、毎日献立表を確認してください。

