



武蔵共同調理場

☆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

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

いただきます

食べ物はもともと生きた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 せり

学校給食の歴史

明治21年 山形県鶴岡市の忠愛小学校で学校給食が始まる

昭和7年 国からの補助金により、学校の給食が救済のために各地で学給食が始まる

昭和18年 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

昭和21年 ユニセフという救済団体や、脱脂粉乳、缶詰などが送られ学校給食が再開される

昭和22年 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

昭和26年 熊本市の小学校(六校)で完全給食が実施

昭和29年 学校給食法が制定される

昭和55年 熊本市で週一回の米飯給食が始まる(昭和五十八年度より週二回、平成五年度より週三回)

平成20年 学校給食法が改正される。給食の目的が栄養補給から食育へ

熊本市食の安全・安心食育推進計画が策定される

この頃の学校給食は各家庭から持ち寄った米や野菜で作られていました。

日曜	献立名	使用する食品名						栄養価 中学校生徒 エネルギー(kcal) たんぱく質(g)	清水中	武蔵中
		(赤)おもに体をつくるもの おもにたんぱく質 魚・肉・卵・豆・豆製品	(緑)おもに体の調子を整えるもの おもに無機質 牛乳・小魚・海そう	おもにカロテン 緑黄色野菜	おもにビタミンC その他の野菜・きのこ・果物	おもに炭水化物 穀類・いも類・さとう	おもに脂質 油脂			
10 火	麦ごはん 牛乳 マーボー豆腐 中華あえ ぼんかん	牛肉・豆腐・みそ	牛乳	人参・ねぎ にら	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 ごま油・油 ごま・ごま油	766 31.1	① ② ③	× × ×	
11 水	ミルクパン 牛乳 きびなごごまフライ 大豆と水菜のサラダ 卵スープ	きびなご 大豆 卵・ベーコン	牛乳	水菜 人参・ねぎ	大根 白菜・玉ねぎ・えのきたけ	パン パン粉 ごま・油 ノンエッグマヨネーズ・油	763 32.6	① ② ③	① ② ③	
12 木	ごはん 牛乳 魚の天ぷら れんこんの酢の物 京菜入り白玉汁	ホキ 鶏肉・かまぼこ・豆腐・油揚げ・かつおだし	牛乳	人参 人参・京菜	れんこん・もやし しいたけ	米 小麦粉・砂糖 油 ごま	792 28.6	① ② ③	① ② ③	
13 金	冬野菜カレー 牛乳 スティックセニョールのサラダ ムース	豚肉 チキンフレーク	スキムミルク・チーズ 牛乳	人参 スティックセニョール	玉ねぎ・大根・にんにく・生姜・りんご・ココロ	米・じゃが芋 砂糖 油 ムース	820 28.5	① ② ③	① ② ③	
16 月	セルフコロッケバーガー 牛乳 海藻サラダ 白菜のクリームスープ	牛肉 わかめ・海藻 ベーコン・いんげん豆	牛乳	人参 人参	大根 玉ねぎ・白菜	パン・じゃがいも パン粉 油 ごま・油 バター	799 26.5	① ② ③	① ② ③	
17 火	麦ごはん 牛乳 いりどり ごま酢あえ ちりめんナッツ	鶏肉・高野豆腐・ちぎり揚げ	牛乳	人参 わかめ しらす干し	ごぼう・れんこん・たけのこ・えだ豆・しいたけ	米・麦 油 ごま・ごま油 油・アーモンド	738 33.7	① ② ③	① ② ×	
18 水	ミルクパン 牛乳 レバーとポテトのカレー揚げ アイアンサラダ うずら卵入り五目スープ	鶏レバー ツナ 豚肉・うずら卵	牛乳	ひじき 小松菜・人参 人参・ねぎ		パン でんぷん・じゃが芋 油 ごま・油・ごま油 油	788 33.1	① ② ×	① ② ×	
19 木	麦ごはん 牛乳 めざし ひごまるあえ 豚汁	油揚げ 豚肉・焼豆腐・みそ	牛乳	めざし いりこだし・いりこ		米・麦 油 ごま 油	724 32.4	① ② ③	① ② ③	
20 金	麦ごはん 牛乳 おでん ごまあえ ナッツ入りみそ豆	鶏肉・うずら卵・厚揚げ・竹輪・かつおだし	牛乳	昆布だし ほうれん草・人参	大根 もやし	米・麦 里芋・こんにゃく 砂糖 ごま カシューナッツ・油	759 33.3	① ② ③	① ② ③	
23 月	米粉入りかぼちゃパン 牛乳 ポークビーンズ じゃこサラダ 手作りみかんゼリー	豚肉・大豆 しらす干し ゼリーの素	牛乳	人参・トマト 小松菜	にんにく・玉ねぎ キャベツ オレンジジュース	パン じゃが芋・砂糖 油 砂糖	793 33.0	① ② ③	① ② ③	
学校給食週間中の25日～30日は、中学生が考えた献立です。詳しくは、給食週間特別号(1月中旬配布)をご覧ください。										
24 火	麦ごはん(麦20%) 牛乳 塩鮭 たくあん 根菜のみそ汁	鮭 厚揚げ・油揚げ・みそ	牛乳	いりこだし・いりこ 小松菜・人参	大根・れんこん・ごぼう	米・麦 油 さつま芋	731 26.7	① ② ×	① ② ③	
25 水	ごはん 牛乳 さつま芋と根野菜のカレー炒め 大根サラダ みそ汁	豚肉 ツナ 豆腐・油揚げ・みそ	牛乳	人参・ピーマン 小松菜 人参・ねぎ	玉ねぎ・れんこん・ごぼう・生姜 大根 白菜・えのきたけ・切干大根	米 さつま芋・砂糖 油 ごま・ごま油	768 28.4	① ② ③	① ② ③	
26 木	栄養満点野菜たっぷり丼 牛乳 えのきときゅうりの梅肉あえ 貧血予防の卵スープ	豚肉・厚揚げ・みそ 卵・かつおだし	牛乳	ねぎ ゆかり ひじき	もやし・玉ねぎ・れんこん・生姜 キャベツ・きゅうり・えのきたけ・梅肉	米・麦・砂糖 砂糖 油・ごま油	722 28.3	① ② ③	① ② ③	
27 金	ごはん 牛乳 さつまいもと蓮根と鶏むね肉の甘酢あえ 小松菜とツナのサラダ キャベツとほうれん草としいたけのさっぱりスープ	鶏肉 ツナ・粉かつお ベーコン	牛乳	人参・ほうれん草 小松菜	れんこん・玉ねぎ もやし キャベツ・玉ねぎ・しいたけ	米 砂糖 油 マカロニ	787 28.0	① ② ③	① ② ③	
30 月	豚肉と小松菜のピリ辛丼 牛乳 親子ナムル じゃがいものみそ汁	豚肉・みそ 大豆 厚揚げ・みそ	牛乳	人参・小松菜・ねぎ わかめ・いりこだし	玉ねぎ・にんにく・生姜	米・麦・系こんにゃく・砂糖 油 ごま・ごま油	747 30.0	① ② ③	① ② ③	
31 火	麦ごはん 牛乳 さばのごまみそ煮 五色あえ けんちん汁	さば・みそ 卵 鶏肉・豆腐	牛乳	ほうれん草・人参 人参・ねぎ	生姜 白菜・きくらげ ごぼう・生姜	米・麦 砂糖 ごま 油	781 31.6	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。

※ 食物アレルギー等に対応の必要な場合は、毎日献立表を確認してください。