

月	火	水	木	金																		
<p>◆◆ 給食目標 ◆◆</p> <p>きゅうしょく かんが</p> <p>給食について考えよう!</p>				<p>平均栄養摂取量</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>エネルギー (キロカロリー)</th> <th>たんぱく質 (グラム)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>幼稚園</td> <td>497</td> <td>19.7</td> </tr> <tr> <td>小学校 1・2学年</td> <td>533</td> <td>21.3</td> </tr> <tr> <td>小学校 3・4学年</td> <td>641</td> <td>24.6</td> </tr> <tr> <td>小学校 5・6学年</td> <td>750</td> <td>27.9</td> </tr> <tr> <td>中学校</td> <td>817</td> <td>29.9</td> </tr> </tbody> </table>		エネルギー (キロカロリー)	たんぱく質 (グラム)	幼稚園	497	19.7	小学校 1・2学年	533	21.3	小学校 3・4学年	641	24.6	小学校 5・6学年	750	27.9	中学校	817	29.9
	エネルギー (キロカロリー)	たんぱく質 (グラム)																				
幼稚園	497	19.7																				
小学校 1・2学年	533	21.3																				
小学校 3・4学年	641	24.6																				
小学校 5・6学年	750	27.9																				
中学校	817	29.9																				
<p>森町のきんりん(おしまひやま管内)でとれる食材の活用よいて</p> <p>○米 ○たまご ○長ねぎ ○キャベツ ○もやし ○玉ねぎ ○じゃがいも</p> <p>※食材の都合により、一部変更する場合がございますので、あらかじめご了承ください。</p>																						

17	ごはん・牛乳
赤	かぼちゃだんごじる
赤	とり肉・油あげ
緑	かぼちゃもち・にんじん・だいこん・ごぼう
黄	さばのみそに
黄	さとう・でんぶ
赤	さば
黄	こんぶのいためもの
黄	ごま・油・さとう
赤	こんぶ・ふた肉・さつまあげ
緑	つきこん・にんじん

18	きなこあげパン・牛乳
赤	きなこ
黄	ポトフ
黄	じゃがいも
赤	ウインナー
緑	玉ねぎ・キャベツ・にんじん
黄	パンツキアツツルイグ
黄	でんぶ・油・さとう
赤	たまご・とり肉
緑	かぼちゃ
黄	フルーツゼリー(あまなつ)
緑	あまなつゼリー もも・パイン・みかん

19	ごはん・牛乳
赤	みそしる
赤	たまご・とうふ・油あげ
緑	にんじん
黄	イカかまぼこコロケ
黄	パン粉・でんぶ・油・さとう・エッグケア
赤	すけとうたら・イカ
緑	玉ねぎ・にんにく
黄	ひじきのごもくに
黄	さとう・油
赤	さつまあげ・とり肉・ひじき
緑	にんじん・しらたき・いんげん

20	パゲティミートソース・牛乳
黄	スパゲティ・オリーブ油・さとう・油
赤	ふた肉・牛肉・だいず
緑	にんじん・にんにく・トマトピューレ・玉ねぎ
黄	チキンパジルのオープンやき
黄	油・パン粉・さとう
赤	とり肉
緑	パジル
黄	ブロッコリーのごまサラダ
黄	ドレッシング
緑	ブロッコリー・きゅうり・キャベツ・にんじん・コーン
黄	原宿ドッグ(中学校)
黄	さとう・小麦粉・油
赤	たまご・チーズ・脱脂粉乳

21	ごはん・牛乳
黄	チキンカレー
黄	じゃがいも・油
赤	とり肉・牛乳・いんげんまめ
緑	玉ねぎ・にんじん・りんご・にんにく
黄	ほうれん草とえのきのあえもの
赤	のり
緑	ほうれん草・えのき

24	ごはん・牛乳
赤	みそしる
赤	とうふ
緑	なめこ
黄	アジフライ
黄	油・パン粉・小麦粉
赤	アジ
黄	ふたにくとはるさめのいためもの
黄	はるさめ・油・ごま油
赤	ふた肉
緑	にんじん・ピーマン・玉ねぎ・にんにく・しょうが

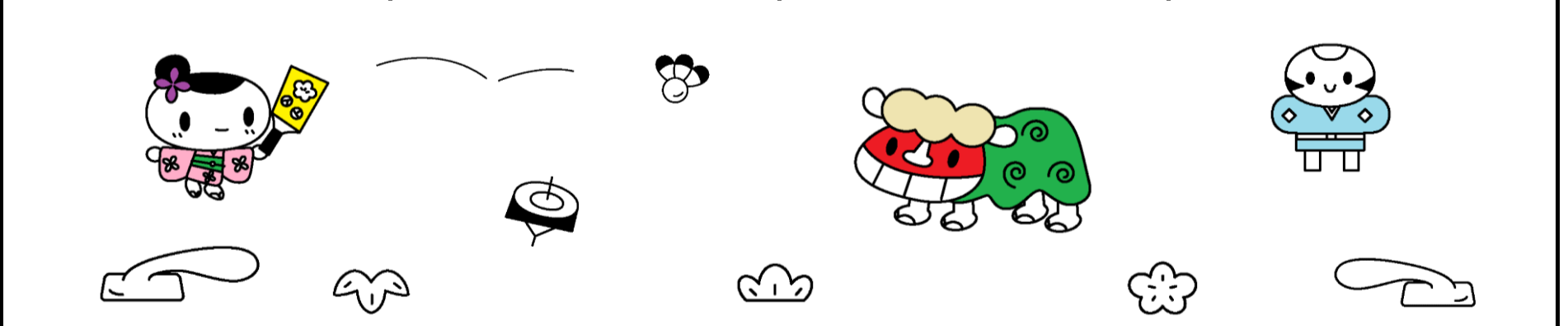
25	ソフトフランスパン・牛乳
黄	かぼちゃのポタージュ
黄	バター
赤	牛乳・クリームチーズ
緑	かぼちゃ・玉ねぎ・パセリ
黄	オムレツ(トマトミート)
黄	油
赤	たまご・とり肉
緑	玉ねぎ・トマトピューレ
黄	パリパリサラダ
黄	ワンタンの皮・油・ドレッシング
緑	キャベツ・きゅうり・にんじん

26	ごはん・牛乳
赤	みそしる
黄	じゃがいも
赤	油あげ
黄	わかどりのゴマてりやき
黄	ごま・さとう・パン粉・油
赤	とり肉
黄	みそおでん
黄	さとう
赤	うずら卵・とり肉・さつまボール・こんぶ
緑	だいこん・にんじん・こんにゃく

27	あんかけやきそば・牛乳
黄	めん・油・ごま油・でんぶ
赤	ふた肉・うずら卵・イカ・えび
緑	玉ねぎ・はくさい・もやし・たけのこ・こまつな・にんじん・ほししいたけ
黄	はるまき
黄	はるさめ・小麦粉・油
赤	ふた肉・ひじき
緑	キャベツ・玉ねぎ・長ねぎ・にんじん・しょうが
黄	フルーツあんじん
黄	さとう
赤	杏仁豆腐(牛乳・練乳等)
緑	パイン・もも・みかん

28	ちゅうかどん・牛乳
黄	こめ・油・でんぶ
赤	ふた肉・うずら卵・イカ
緑	はくさい・にんじん・ほししいたけ・にんにく
黄	たまごスープ
黄	マロニー
赤	たまご・とうふ
緑	ほうれん草・にんじん・長ねぎ・しめじ
黄	ヨーグルト
黄	さとう
赤	たっしふんにゅう・ぜんふんにゅう

31	ごはん・牛乳
黄	ハヤシライス
黄	じゃがいも
赤	ふた肉・たっしふんにゅう・いんげんまめ
緑	玉ねぎ・マッシュルーム・にんじん・トマトピューレ
赤	はくさいのしらすあえ
赤	しらす
緑	はくさい



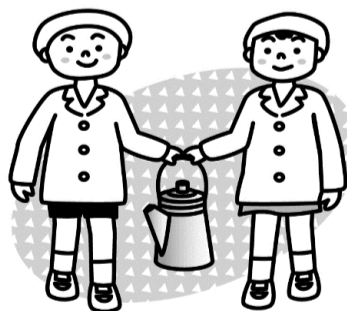
1月24日~30日 全国学校給食週間

学校給食の歴史



明治22(1889)年に山形県にある私立忠愛小学校で、貧しくてお弁当を持ってこれない子どもたちのために昼食を提供したのが始まりとされています。その後、全国へ広まりますが、戦争による食料不足のため、中止せざるをえなくなりました。

戦争が終わり、昭和22(1947)年に学校給食が再開されます。子どもたちの栄養不足を改善するため、外国の支援団体などから届けられた脱脂粉乳や小麦粉、缶詰などを使った給食が提供されました。



脱脂粉乳で作られたミルクは、大きなミルクポットに入れて教室に運ばれました。

※昭和21年12月11日、文部、厚生、農林三省次官連発「学校給食実施の普及奨励について」が発せられ、戦後の学校給食の方針が定まりました。同年12月24日、東京、神奈川、千葉の三都県の学校で試験給食が実施され、この日を記念日としましたが、通常は冬休みのため、1か月後の1月24日から1週間が「全国学校給食週間」になりました。

現在の学校給食

学校給食は当初、子どもたちを飢えから救い、栄養状態を改善するためのものでしたが、現在では、朝食欠食などの食習慣の乱れ、食べ過ぎや偏った食事による肥満、生活習慣病の増加などが心配されることから、さまざまなことを学ぶ「教材」としての役割を担っています。

学校給食の目標 ※「学校給食法」(平成20年6月18日改正)第2条より

- 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
- 日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、および望ましい食習慣を養うこと。
- 学校生活を豊かにし、明るい社交性および協同の精神を養うこと。
- 食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであるということについての理解を深め、生命および自然を尊重する精神ならびに環境の保全に寄与する態度を養うこと。
- 食生活が食にかかわる人びとのさまざまな活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。
- わが国や各地域の優れた伝統的な食生活についての理解を深めること。
- 食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。



○保護者の皆様にご負担いただく給食費は、すべて子どもたちへの給食の食材費用に使われます。毎月の納入期限までに必ず納めてください。

○お支払いに行く手間や納め忘れのない『口座振替の利用』をお願いします。感染症対策として外出機会を減らすことにもつながります。