



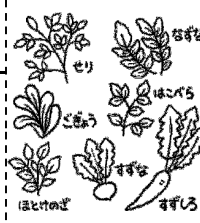
こんだてだより



家庭数配布

裾野市立東小学校

令和4年1月6日

日	曜日	こんだてめい	おもなざいりょうとそのはたらき			エネルギー (kcal)	おしらせ
			からだをつくるもとに なるたべもの	からだのちょうしを ととのえるたべもの	エネルギーのもとに なるたべもの	たんぱくしつ (g)	
6	木	おべんとうもきゅうしょくもありません。					
7	金	おべんとうもきゅうしょくもありません。					
10	月	せ い じ ん の 日					
11	火	ななくさごはん	とりにく あぶらあげ	だいこん だいこんのは かぶ かぶのは せり	こめ あぶら	660 27.2	七草ごはん 給食室で作ります。 春の七草は？ 
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
		ぶりのさいきょうやき	ぶり みそ		さとう		
		すましじる	かまぼこ とうふ わかめ	にんじん えのきたけ こまつな			
		だいだいのムース	とうにゅう	だいだい	さとう		
12	水	ごはん			こめ	652 28.0	
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
		コーンしゅうまい	たら	とうもろこし たまねぎ	こむぎこ		
		こまつなのちゅうかいだめ		こまつな にんじん	ごまあぶら		
		マーボーどうふ	ぶたにく とうふ だいず みそ	たまねぎ にんじん たけのこ しいたけ ねぶかねぎ にんにく しょうが	あぶら さとう かたくりこ ねぎあぶら		
13	木	りんごチップロールパン		りんご	パン	674 27.1	6年生作成献立 6-3勝又くらさん 作成 こんだてのテーマ は「楽しく食べる！ おいしい給食」です。 少しでも楽しく食べ てもらえるように、 探すのが楽しいABC スープを選びました。
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
		コーヒーぎゅうにゅうのもと			さとう		
		ハンバーグデミグラスソース	とりにく ぶたにく	たまねぎ	さとう		
		コールスローサラダ		キャベツ とうもろこし	ドレッシング		
14	金	ABCスープ	ウインナー ベーコン	たまねぎ はくさい にんじん ほうれんそう	じゃがいも	748 28.7	寒くてもしつかり 手を洗おう！ 
		ごはん			こめ		
		ポークカレー	ぶたにく だいず チーズ	たまねぎ にんじん にんにく しょうが りんご	じゃがいも あぶら カレールウ		
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
		じゃことだいずのあげに	にぼし だいず		かたくりこ あぶら		
17	月	ふくじんづけ		だいこん きゅうり なす れんこん しょうが	さとう	608 20.7	6年生作成献立 6-2岩谷真由子さん 作成 こんだてのテーマ は「ビタミンたっぷり HAPPY給食」です。 みんなに食べてもら い、おいしさでハッ ピーになれるよう に考えました。
		たんなヨーグルト	ヨーグルト				
		ごはん			こめ		
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
		ポテトコロッケ	ぶたにく	たまねぎ	じゃがいも パンこ あぶら		
18	火	ほうれんそうとコーンのサラダ		ほうれんそう キャベツ とうもろこし	あぶら さとう	532 19.7	まいつき19にちは しゅくいくわい 
		とんじる	ぶたにく とうふ みそ	だいこん にんじん ごぼう たまねぎ ねぶかねぎ さやいんげん	さといも		
		のりふりかけ	かつおぶし のり		さとう		
		シュガーあげパン			パン さとう あぶら		
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
19	水	にしょくソテー		ほうれんそう とうもろこし	オリーブゆ	632 25.5	お給食の日 
		ミネストローネ	とりにく しろいんげんまめ	たまねぎ キャベツ にんじん セロリ しめじ トマト	オリーブゆ		
		ごはん			こめ		
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
		とりにくのわさびみそやき	とりにく みそ	わさび	ノンエッグマヨネーズ		
20	木	キャベツのわふうソテー	まぐろ	キャベツ ほうれんそう		682 25.0	6年生作成献立 6-1府川琉人さん 作成 こんだてのテーマ は「みんな大好き和 食の給食」です。 あじは揚げてまるご と食べられるよう に工夫しました。低学 年も喜んでもらえ るよう考えました。 
		おさく	あぶらあげ	にんじん だいこん ごぼう さやいんげん	さといも こんにゃく		
		ソフトめん			ソフトめん		
		ミートソース	ぶたにく ぎゅうにく だいず チーズ	たまねぎ にんじん トマト にんにく マッシュルーム パセリ	バター こむぎこ あぶら		
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
21	金	さつまいもチップス			さつまいも あぶら	635 24.7	
		ごはん			こめ		
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
		まるごとたべられるあじのひもの	あじ		あぶら		
		にびたし	あぶらあげ かつおぶし	こまつな	さとう		
		やさいのみそしる	とうふ みそ	にんじん たまねぎ キャベツ えのきたけ はねぎ			
		みかん		みかん			

《 裏 も あ り ま す 》

日	曜日	こんだてめい	おもなざいりょうとそのはたらき			エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g)	おしらせ
			からだをつくるもとに なるたべもの	からだのちょうしを ととのえるたべもの	エネルギーのもとに なるたべもの		
24	月	むぎごはん			こめ むぎ	585 23.6	学校給食週間 24日～30日 給食が始まった頃 貧しい子どもたちに、 おにぎり、漬け物など の昼食を出したことが 始まりです。 
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
		しおざけ	さけ				
		はだいこんのごまいため		だいこんのは	ごま ごまあぶら		
		さつまいものみそしる	とうふ みそ	だいこん にんじん えのきだけ はねぎ	さつまいも		
25	火	かくしょくパン			パン	671 26.7	25日：5年 給食なし 
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
		ポロニアカツ	とりにく		あぶら こめパンこ		
		いそポテト	あおのり		じゃがいも バター		
		キャベツのポトフ	とりにく ベーコン	キャベツ たまねぎ とうもろこし セロリ ほうれんそう			
		いちごマーガリン		いちご	マーガリン さとう		
26	水	ツナのたきこみごはん	まぐろ あぶらあげ	にんじん しいたけ	こめ むぎ あぶら さとう	611 24.4	裾野市たっぶり こんだて 裾野市のおいしさが たっぶりつまっています！ 給食費 引き落とし日 27日：2年 給食なし
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
		モロヘイヤとたいようチキンの たまごやき	たまご とりにく	モロヘイヤ	さとう あぶら		
		たまねぎとじゃがいものみそしる	とうふ みそ	たまねぎ にんじん えのきだけ ねぶかねぎ	じゃがいも		
		いちご		いちご			
27	木	せわりロールパン			パン	683 29.1	郷土料理 今回は長野県の郷土料 理です。 
		やきフランクピザソース	ウインナー	たまねぎ マッシュルーム ピーマン とうもろこし	オリーブゆ さとう		
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
		ふゆやさいのカレークリームに	とりにく だいず ぎゅうにゅう	ブロッコリー はくさい たまねぎ にんじん マッシュルーム	こむぎこ バター なまクリーム あぶら		
28	金	ごはん			こめ	661 24.2	郷土料理 今回は長野県の郷土料 理です。 
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
		さんぞくやき	とりにく	にんじん たまねぎ しょうが にんにく りんご	かたくりこ じょうしんこ あぶら		
		のざわないため		のざわな	ごま ごまあぶら		
		おにこじ	ぶたにく さつまあげ こうやどうふ	だいこん にんじん だいこんのは	じゃがいも こんにゃく あぶら さとう		
31	月	ごはん			こめ	682 23.9	 
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
		カレーのたつたあげ	カレー		あぶら こめこ		
		こんにゃくいため		にんじん さやいんげん	こんにゃく ごまあぶら さとう		
		はくさいのみそしる	とうふ あぶらあげ わかめ みそ	はくさい だいこん えのきだけ こまつな			
		プリンタルト	たまご にゅうせいひん		こむぎこ マーガリン さとう		

*都合により献立を変更する場合があります。

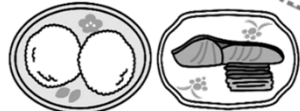


1月24日～30日「全国学校給食週間」

日本の学校給食の歴史を知ろう！

学校給食は、明治22年に山形県鶴岡町（現在の鶴岡市）の私立忠愛小学校で、貧しい家庭の子どもたちに昼食を提供したことが発祥とされています。その後、給食の取り組みは全国各地へと広がりましたが、戦争の影響で食料が不足し、実施できなくなってしまいました。

明治22年
(1889年)



おにぎり 塩ザケ 漬物

忠愛小学校は大誓寺というお寺の中にあり、お坊さんたちが米や野菜、魚などで食事を作って、無償で提供していました。



戦後、子どもたちの栄養状態を改善しようと、アメリカのLARA（アジア救援公認団体）という民間団体から贈られた物資を使い、給食が再開されました。昭和21年12月24日に贈呈式が行われたことを記念して、この日を「学校給食感謝の日」としましたが、冬休みに重なるため、昭和25年度からは1月24日～30日の1週間を「全国学校給食週間」とすることが定められました。

昭和25年
(1950年)



パン ミルク カレーシチュー

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」の完全給食が都市部で初めて実施され、昭和27年からは全国で始まりました。



昭和29年には「学校給食法」が制定され、学校給食の法的根拠が明確になり、教育活動として実施されることになりました。その後、時代に合わせて給食の内容もだんだんと変化していきました。

昭和38年
(1963年)



主食として、ソフト麺が登場する

昭和39～43年
(1964～1968年)



脱脂粉乳から牛乳へ切り替わる

昭和51年
(1976年)



米飯給食が正式に始まる

社会環境の変化とともに、子どもたちを取り巻く環境も大きく変化し、近年では食習慣の乱れや偏った食事による肥満、生活習慣病の増加など、健康状態が心配されるようになりました。そんな中、平成17年に「食育基本法」が制定され、学校給食は食育を推進するための「生きた教材」としての役割も担うようになりました。



裾野市栄養士会