

1月給食だより

長岡京市立神足小学校
令和7年 1月
～給食週間特別号～

ことし
今年のテーマ

「昔の給食時間にタイムスリップしよう！」

毎年1月24日～30日は、全国学校給食週間です。

時代の流れにそって食生活が変わり、給食も変化してきました。

今年の給食週間では、昔の給食を振り返り、当時の時代背景や食生活について学びます。



◆乙訓の給食の歴史◆

昭和24年：向陽小学校に給食室ができました。（乙訓で最初の給食室）

昭和44年：乙訓2市1町（長岡京市、向日市、大山崎町）で同じ献立の提供が始まりました。

また、この頃から脱脂粉乳が牛乳に変わりました。

昭和49年：パン粉のついた冷凍フライから、学校で衣をつけるようになりました。

そして、手作りにこだわり、ホワイルウも作り始めました。

昭和54年：週1回の米飯給食が導入されました。

昭和57年：カレールーも手作りした、カレーの提供が始まりました。



【献立例】おにぎり、焼き魚、漬物 明治22年、山形県鶴岡市の忠愛小学校で、貧しい児童に提供された昼食が、給食のはじまりといわれています。	【献立例】五色ごはん、栄養みそ汁 大正12年、食糧不足からくる子どもたちの栄養不良を改善するための給食となり、学校給食は全国へ広がっていきました。	【献立例】すいとんのみそ汁 第2次世界大戦により、給食はすいとんのみそ汁だけになりました。その後、戦争がはげしくなり、子どもたちは学校に通えず、給食もなくなりました。	【献立例】脱脂粉乳、トマトシチュー 戦後、海外から脱脂粉乳や小麦、缶詰などが日本に届けられ、少しずつ給食が再開しました。当時の主食は毎日パンでした。	【献立例】コッペパン、ジャム、脱脂粉乳 くじらの竜田揚げ、千切りキャベツ この頃、日本ではくじらの肉が貴重なたんぱく源でした。また、昭和33年から脱脂粉乳が牛乳へと少しずつ変わり始めました。	【献立例】カレーライス、牛乳、塩もみ 果物（バナナ）、スープ 昭和51年には、パンと麺だけであった給食にごはんが加わり、メニューの種類が増え、バラエティ豊かな給食になりました。	行事食、セレクト給食、手作りデザート、世界の料理など 現在では、給食は生きた教材として、正しい食生活を身につける、食に興味を持つなどの目標をもって提供されています。
--	---	---	--	---	--	--

明治時代

大正時代

戦時中

戦後

昭和30～40年代

昭和50年代

現代

写真提供元：独立行政法人日本スポーツ振興センター

給食週間献立

1月20日（月）～24日（金）までの1週間は、給食の歴史にまつわる献立です。お楽しみに！

1/20（月） ごはん 牛乳 焼き魚（鮭） 煮びたし みそ汁（とうふ） 136年前の給食が始まったころをイメージした献立です。 明治～大正の給食	1/21（火） コッペパン 牛乳 昔のシチュー キャベツのサラダ 昔のシチューは、かつおからとっただしや、脱脂粉乳をたっぷり使って作ります。 戦後の給食	1/22（水） ごはん 牛乳 くじらのオーロラ煮 ごまあえ みそ汁（大根） 当時乙訓で提供されていた「くじらのオーロラ煮」を再現します。 昭和30～40年代の給食	1/23（木） おどくにれきし 乙訓歴史カレー 牛乳 フルーツのヨーグルト あえ 昭和50年代に生まれてずっと愛されてきた、乙訓の手作りカレーを提供します。 昭和50年代の給食	1/24（金） セレクトカツ丼 牛乳 野菜いっぱいスープ みかん ソースを選ぶ「セレクトカツ丼」や、地元野菜を使ったスープを提供します。 現代の給食
--	--	---	--	--



1がつ きゅうしょくこんだてよていひょう



長岡京市立神足小学校

日付	こんだてめい	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)	おもなざいりょう					
			エネルギーのもとになる		体をつくるもとになる		体の調子をととのえる	
9 (木)	ごはん きゅうにゅう かしわのてりやき こうはくなます きょうふうみそしる	644 25.7	こめ ごま さといも	さとう すりごま	ぎゅうにゅう しろみそ	とりにく しんしゅうみそ	しょうが だいこん にんじん	にんにく にんじん ほうれんそう
10 (金)	ひじきごはん きゅうにゅう きびなごのなんばんづけ ぶどうまめ みそしる	593 27.4	こめ さとう かたくりこ	あぶら こむぎこ	ひじき あぶらあげ きびなご とうふ	とりにく ぎゅうにゅう だいず わかめ	にんじん キャベツ	グリーンピース ねぎ
14 (火)	こがたコッペパン きゅうにゅう スパゲティミートソース やさいいため	679 26	パン オリーブオイル	スパゲティ あぶら	ぎゅうにゅう ぶたミンチ	ぎゅうミンチ	キャベツ もやし	たまねぎ にんじん こまつな
15 (水)	げんまいいりごはん きゅうにゅう まーぼーだいこん ひじきのソテー	591 18.8	こめ あぶら ごまあぶら	げんまい さとう かたくりこ	ぎゅうにゅう あかみそ	ぶたミンチ ひじき	しょうが だいこん にんじん しいたけ	にんにく たまねぎ たけのこ にら
16 (木)	ごはん きゅうにゅう あつあげのみそチーズや き ちゅうかもやし こまつなのスープ	620 24.8	こめ さとう ごま	あぶら ごまあぶら かたくりこ	ぎゅうにゅう とりにく チーズ わかめ	あつあげ しろみそ ベーコン	たまねぎ もやし ねぎ	しめじ こまつな
17 (金)	わかめごはん きゅうにゅう きりぼしだいこんとじゃがいものにももの キャベツとツナのサラダ	611 19.8	こめ じゃがいも あぶら	むぎ こんにやく さとう	わかめ ぶたにく	ぎゅうにゅう ツナ	きりぼしだいこん キャベツ	にんじん とうもろこし
20 (月)	ごはん きゅうにゅう やきざかな(さけ) にびたし とうふのみそしる	606 28.1	こめ	さとう	ぎゅうにゅう あぶらあげ わかめ	さけ とうふ あかみそ	ほうれんそう はくさい	もやし ねぎ
21 (火)	コッペパン きゅうにゅう むかしのシチュー キャベツのサラダ	603 25.5	パン じゃがいも さとう	あぶら こむぎこ	ぎゅうにゅう スキムミルク	ぶたにく ハム	はくさい キャベツ	にんじん
22 (水)	ごはん きゅうにゅう くじらのオーロラに ごまあえ だいこんのみそしる	605 26.9	こめ こむぎこ さとう すりごま	かたくりこ あぶら ごま	ぎゅうにゅう あぶらあげ	くじら しんしゅうみそ	しょうが もやし だいこん	ほうれんそう にんじん ねぎ
23 (木)	おとくにれきしカレー(ビーフカレー) きゅうにゅう フルーツのヨーグルトあえ	691 21.8	こめ あぶら バター	むぎ じゃがいも こむぎこ	ぎゅうにく こなチーズ ヨーグルト	スキムミルク ぎゅうにゅう	にんにく たまねぎ セロリー パイナップル	しょうが にんじん みかん もも
24 (金)	セレクトカツどん きゅうにゅう やさしいっぱいスープ みかん	664 25.8	こめ パンこ さとう	こむぎこ あぶら	とりにく ぎゅうにゅう	たまご ベーコン	キャベツ たまねぎ みかん	にんじん はくさい
27 (月)	ごはん きゅうにゅう かしわのこはくあげ とうふチゲふうスープ	669 26.6	こめ あぶら	かたくりこ ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく あかみそ	とりにく とうふ	しょうが たまねぎ はくさい キムチ ながねぎ	にんにく にんじん はくさい
28 (火)	あじつきパン きゅうにゅう ポトフ もやしとツナのソテー	647 24.8	パン あぶら	じゃがいも さとう	ぎゅうにゅう ウインナー	とりにく ツナ	たまねぎ キャベツ	にんじん もやし
29 (水)	ごはん きゅうにゅう さわらのゆうあんやき だいずのいそに すましじる(かつお・こんぶ)	610 28	こめ	さとう	ぎゅうにゅう だいず とうふ	さわら ひじき	ゆず ねぎ	えのきたけ なのはな
30 (木)	わふうチキンライス きゅうにゅう じゃがいもからあげ ちゅうかスープ	570 20.3	こめ あぶら	むぎ じゃがいも	とりにく たまご とうふ	ぎゅうにゅう わかめ	たまねぎ しょうが キャベツ	にんじん しいたけ ねぎ
31 (金)	ごはん きゅうにゅう にざかな(いわし) キャベツのおかかあえ たぬきじる ふくまめ	645 27.3	こめ かたくりこ	さとう	ぎゅうにゅう かつおぶし あぶらあげ	いわし さつまあげ ふくまめ	しょうが こんにやく にんじん	キャベツ だいこん えのきたけ

1月の主な食材の産地は以下の通りです。(資料提供(財)京都府学校給食会他) *食材の入荷状況など都合により変更になる場合もありますのでご了承ください

じゃがいも たまねぎ にんじん にんにく にら	北海道 北海道 長崎他 青森 高知	干しいたけ ごぼう ひじき たけのこ水煮 さといも	九州 青森他 長崎 京都 愛媛他
大豆 ベーコン ハム 福豆	北海道 愛媛・九州他 愛媛・九州他 北海道		
さわら さけ きびなご いわし くじら	京都 北海道 長崎 国内産 北西太平洋		
牛肉 豚肉 鶏肉	北海道・青森 鹿児島・宮崎・愛知 宮崎・兵庫他		
地元産(長岡京市産) 花菜 キャベツ 白菜 小松菜	大根 ほうれん草 ねぎ		



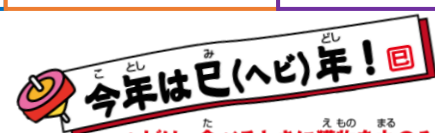
★今月の新献立★

1/16(木) 厚揚げのみそチーズ焼き

1/27(月) 豆腐チゲ風スープ



新年あけましておめでとうございます。
今年度も、残すところあと3か月となりました。
引き続き、毎日の給食時間が待ち遠しくなるような、
魅力ある給食作りに努めていきたいと思ひます。
本年もよろしくお願ひ致します。



ヘビは、食べるときに獲物を丸のみ
しますが、皆さんは、よくかむこと
を意識して味わって食べましょう。

