

1月給食だより



れいわ ねんど きゅうしよくしゅうかんとくべつごう
～令和7年度 給食週間特別号～
ながおかきょうしりつこうたりしやうがっこう
長岡京市立神足小学校



きゅうしよくしつ
『給食室のいちにち』から、
きゅうしよく 給食がどのように作られているのか知ろう!!



としょ きゅうしよく 図書コラボ給食

ものがたり で りょうり たの
～物語に出てくる料理を楽しもう～



がつ にち げつ がつ にち きん
1月26日(月)～1月30日(金)は、神足小学校の給食週間です。

きゅうしよくしゅうかん がっこうきゅうしよく いぎ やくわり りかい かんしん ふか
給食週間とは、学校給食の意義や役割について理解と関心を深めるための1週間です。

こんねんど
今年度のテーマは、「図書コラボ給食～物語に出てくる料理を楽しもう～」です。

がっこう としよしつ なか たの もの で えほん
学校の図書室の中にも、食べ物が出てくる本がたくさんあります。絵本はもちろん、イラストの入っていない物語や
しょうせつ 小説では、「どんな形?どんな匂い?どんな色?の料理かな…??」など想像すると楽しいですね!シリーズ本も多く

ありますので、これを機会にぜひ読んでみてください。

にち げつ
26日(月)

きゅうしよくしつ
『給食室のいちにち』より

カレーライス

じもとさんだいこん
地元産大根のサラダ



きゅうしよくしつ しごと
*給食室の仕事
まとめた一冊です。

さく おおつか な お え
作:大塚 菜生 絵:イシヤマアズサ
しゅっぱんしゃ しょうねんしゃしんしんぶんしゃ
出版社:(株)少年写真新聞社

にち すい
28日(水)

『ゆうすげ村の小さな旅館
ーウサギのダイコン』より

ごはん 魚の竜田揚げ

ゆうすげ村のふろふきダイコン

けんちん汁

しょうがく ねんせい こくごげかん
*小学3年生の国語下巻に
出てくるお話です。



さく もいち くみこ
作:茂市 久美子
え きくち きようこ
絵:菊池 恭子
しゅっぱんしゃ こうだんしゃ
出版社:講談社

にち きん
30日(金)

『オムライスス』より
スクランブルオムライス

もやしのカレーあじ

レンズ豆のスープ



けいかい
*軽快にオムライスを
つくっていきます。

さく ケロポンズ
え デジエイ エムシー
絵:DJみそしんとMCごはん
しゅっぱんしゃ しゅふ ともしや
出版社:主婦の友社

にち か
27日(火)

『ハリー・ポッターと秘密の部屋』より
コッペパン

シェパードパイ

スコッチブロス



まほうつか がっこう
*魔法使いの学校
だいにんき
大人気シリーズです。

さく ジェイ ケイ
作:J.K.ローリング 訳:松岡 佑子
しゅっぱんしゃ せいざんしゃ
出版社:静山社

にち もく
29日(木)

『ワタナベさん』
『へんしんへんしんフルーツポンチ』より
ツナごはん

ワタナベさんの中華なべ

へんしんフルーツポンチ

えほん
*ポップなイラストのかわいい絵本です。



さく きたむら なおこ
作:北村 直子
しゅっぱんしゃ かいせいしゃ
出版社:偕成社



さく やまもと ゆうじ
作:山本 祐司
しゅっぱんしゃ しゅっぱん
出版社:ほるぷ出版



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 (金)	ごはん ぎゅうにゅう さかなのてりやき こうはくなます きょうふうみそしる	645 25.9	こめ かたくりこ すりごま	さとう ごま さといも	ぎゅうにゅう しろみそ しんしゅうみそ	ぶり とりにく	だいこん こまつな	きんときになじん
13 (火)	こがたコッペパン ぎゅうにゅう スパゲティミートソース フレンチサラダ	714 27.2	パン オリーブオイル さとう	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 ハム	たまねぎ キャベツ にんじん	とうもろこし
14 (水)	ごはん ぎゅうにゅう はっぼうさい(かまぼこ) あおのりビーンズ	593 23.3	こめ かたくりこ	あぶら	ぎゅうにゅう かまぼこ あおのり	ぶたにく だいず	しょうが にんじん たけのこ はくさい	たまねぎ しいたけ もやし
15 (木)	わかめごはん ぎゅうにゅう きりぼしだいこんとじゃがいものにも おひたし	575 19.3	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 かつおぶし	きりぼしだいこん キャベツ はなな	にんじん ほうれんそう
16 (金)	ひじきごはん ぎゅうにゅう ししゃもからあげ こんさいのみそしる	574 23.4	こめ さとう さといも	あぶら かたくりこ	ひじき あぶらあげ ししゃも	とりにく ぎゅうにゅう しんしゅうみそ	にんじん だいこん ねぎ	グリンピース ごぼう
19 (月)	ごはん ぎゅうにゅう すきやきに ひじきのソテー	598 20.7	こめ こんにやく さとう	じゃがいも ふ あぶら	ぎゅうにゅう やきとうふ	とりにく ひじき	たまねぎ ねぎ とうもろこし	はくさい にんじん にら
20 (火)	あじつきパン ぎゅうにゅう みそふうみシチュー もやしのナムル	710 26.3	パン じゃがいも こむぎこ ごま	あぶら バター ごまあぶら	ぎゅうにゅう スキムミルク ちくわ	ぶたにく しんしゅうみそ	たまねぎ グリンピース ほうれんそう	にんじん もやし
21 (水)	ごはん ぎゅうにゅう かしわのこはくあげ カラフルおひたし だいこんのみそしる	678 26.3	こめ あぶら	かたくりこ	ぎゅうにゅう かつおぶし しんしゅうみそ	とりにく あぶらあげ	しょうが にんじん ほうれんそう だいこん ねぎ	とうもろこし はくさい だいこん
22 (木)	ごはん ぎゅうにゅう ちゃんこなべ ちゅうかもやし	565 22.2	こめ ごま	ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく	とりにく しんしゅうみそ	しょうが いとこんにやく だいこん ねぎ	にんにく にんじん はくさい もやし
23 (金)	げんまいいりごはん ぎゅうにゅう マーボーだいこん じゃこのカレーふうみあげ	604 21.3	こめ あぶら ごまあぶら こむぎこ	げんまい さとう かたくりこ	ぎゅうにゅう あかみそ あおのり	ぶたミンチ にぼし	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
給食週間 26 (月)	カレーライス ぎゅうにゅう じもとさんだいこんのサラダ	668 21.1	こめ あぶら バター さとう	むぎ じゃがいも こむぎこ	とりにく こなチーズ ハム	スキムミルク ぎゅうにゅう	にんにく たまねぎ セロリー キャベツ	しょうが にんじん だいこん とうもろこし
27 (火)	コッペパン ぎゅうにゅう シェパードパイ スコッチブロス	639 24.3	パン じゃがいも おおむぎ	あぶら バター	ぎゅうにゅう ぎゅうミンチ ベーコン	ひよこまめ ぶたミンチ	たまねぎ キャベツ	にんじん
28 (水)	ごはん ぎゅうにゅう さかなのたつたあげ ゆうすげむらのふろふきダイコン けんちんじる	660 26.6	こめ あぶら じゃがいも	かたくりこ さとう	ぎゅうにゅう しろみそ とうふ	さば とりにく あぶらあげ	しょうが ゆず ごぼう	だいこん にんじん ねぎ
29 (木)	ツナごはん ぎゅうにゅう ワタナベさんのちゅうかなべ へんしんフルーツポンチ	669 25.2	こめ こめこマカロニ	ごまあぶら	ツナ とりにく	ぎゅうにゅう ぶたにく	にんじん しょうが もやし しいたけ	えだまめ にんにく はくさい にら
30 (金)	スクランブルオムライス ぎゅうにゅう もやしのカレーあじ レンズまめのスープ	601 23.6	こめ あぶら	むぎ さとう	とりにく たまご ウインナー	ベーコン ぎゅうにゅう レンズまめ	たまねぎ ピーマン もやし キャベツ とうもろこし	にんじん にんにく キャベツ パセリ

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)

*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。

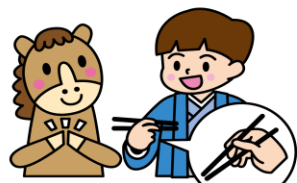
じゃがいも 北海道他 たまねぎ 北海道他 になじん 長崎他 になにく 青森 にら 高知	干しいたけ 九州他 ごぼう 青森他 金時にんじん 京都 たけのこ水煮 京都 さといも 愛媛他	大豆 北海道 ベーコン 愛媛・九州他 ハム 愛媛・九州他	ぶり 京都 さば 京都	牛肉 北海道・青森 豚肉 鹿児島・宮崎・愛知 鶏肉 宮崎・兵庫他	地元産(長岡京市産) 花菜 キャベツ 大根 白菜 ほうれん草 小松菜 ねぎ
---	--	------------------------------------	----------------	--	---

今年(とし)はうま年!

あけましておめでとうございます



うまのように野菜を
たっぷり食べよう!



箸(はし)をうま(うま)く使いこなして
きれいに食べよう!



よく味わってうま(うま)味
を感じよう!

冬休みが終わり、いよいよ3学期が
始まりました。

風邪やインフルエンザも流行してい
ますので、体調管理にはより一層気を
つけて1日1日を大切に過ごしてほし
いと思います。

