

給食週間 23日(月)~27日(金)「学校給食の歴史」

1月23日(月)		1月24日(火)		1月25日(水)		1月26日(木)	
小565 kcal 中688 kcal		小514 kcal 中630 kcal		小594 kcal 中734 kcal		小622 kcal 中760 kcal	
ごはん きざみたくあん 牛乳 あじの塩焼き たまねぎのみそ汁		さつまいご飯 牛乳 すいとん ほうれん草のごまあえ		ごはん 牛乳 くじらのケチャップ和え ベジタブルスープ		カレーライス 牛乳 きゃべつとコーンのサラダ くだもの(みかん)	
食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)
米	80 g	米	65 g	米	80 g	米	74 g
きざみたくあん	10 g	さつまいも	25 g	牛乳	1 本	麦	6 g
牛乳	1 本	酒	1 g	くじら	50 g	牛肉	15 g
塩鮭	1 切	塩	1.1 g	土しよが	1 g	塩	0.3 g
小学校 50g		牛乳	1 本	酒	2 g	こしよ	0.04 g
中学校 60g		豚肉	15 g	片栗粉	5 g	ジンジャーパウダー	0.04 g
サラダ油	1 g	油揚げ	7 g	米粉	3 g	ガーリックパウダー	0.04 g
たまねぎ	20 g	大根	30 g	揚げ油	5 g	たまねぎ	60 g
小松菜	10 g	にんじん	10 g	トマトケチャップ	7 g	にんじん	20 g
油揚げ	5 g	青ねぎ(八幡産)	5 g	ウスターソース	2 g	じゃがいも	50 g
にんじん	5 g	小麦粉	10 g	さとう	2 g	チキンスープ	5 g
八幡のみそ	9 g	水	5 g	ベニゴ	5 g	水	10 g
八幡の白みそ	3 g	薄口しよゆ	3 g	たまねぎ	20 g	マーガリン	6 g
けずりぶし	3 g	塩	0.5 g	にんじん	5 g	小麦粉	6 g
水	100 g	けずりぶし	3 g	キャベツ(八幡産)	30 g	ベニゴ	1.5 g
		水	100 g	ホールコーン	5 g	塩	0.8 g
		ほうれん草(八幡産)	30 g	三度豆	5 g	こしよ	0.02 g
		にんじん	8 g	薄口しよゆ	3 g	オールスパイス	0.02 g
		太もやし	20 g	チキンスープ	6 g	赤ワイン	2 g
		さとう	0.5 g	塩	0.5 g	トマトケチャップ	2 g
		濃口しよゆ	2 g	こしよ	0.02 g	ウスターソース	1 g
		白すりごま	1 g	水	100 g	カレー粉	0.5 g
						カルダモン	0.01 g
						コリアンダー	0.01 g
						ローリエ	0.01 g
						水	90 g
						牛乳	1 本
						にんじん	10 g
						キャベツ(八幡産)	30 g
						ホールコーン	10 g
						塩	0.2 g
						こしよ	0.02 g
						さとう	0.1 g
						濃口しよゆ	1 g
						酢	2 g
						サラダ油	1 g
						みかん	1 個



給食週間		1月27日(金)		1月30日(月)		1月31日(火)	
小786 kcal 中920 kcal		小786 kcal 中920 kcal		小576 kcal 中711 kcal		小542 kcal 中667 kcal	
コッペパン チョコジャム 牛乳 フライドチキン 米粉マカロニスープ		ごはん 牛乳 ぷりぷり中華炒め 大根たっぷりスープ		コーンライス 牛乳 米粉と豆乳の冬野菜シチュー キャベツとツナのサラダ			
食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)		
コッペパン	1 個	米	80 g	米	75 g		
チョコジャム	1 個	牛乳	1 本	ホールコーン	15 g		
牛乳	1 本	鶏肉	40 g	オリーブ油	1 g		
鶏肉	60 g	土しよが	1 g	塩	0.5 g		
こしよ	0.03 g	おろしにんにく	0.2 g	こしよ	0.02 g		
ジンジャーパウダー	0.03 g	酒	1 g	パセリ(乾)	0.05 g		
ガーリックパウダー	0.03 g	濃口しよゆ	2 g	牛乳	1 本		
パスタ(乾)	0.02 g	サラダ油	1 g	鶏肉	15 g		
カレー粉	0.3 g	にんじん	10 g	じゃがいも	30 g		
濃口しよゆ	2 g	たけのこ(水煮)	10 g	たまねぎ	40 g		
赤ワイン	2 g	サイコロこんにやく	20 g	はくさい(八幡産)	20 g		
片栗粉	8 g	三度豆	5 g	ブロッコリー	10 g		
米粉	3 g	うずら卵	15 g	にんじん	15 g		
揚げ油	7 g	さとう	1 g	サラダ油	1 g		
ベニゴ	10 g	トウモロコシ	0.1 g	豆乳	20 g		
にんじん	20 g	濃口しよゆ	1.5 g	米粉	4 g		
たまねぎ	30 g	薄口しよゆ	1 g	塩	0.7 g		
米粉マカロニ	5 g	酢	0.5 g	こしよ	0.03 g		
パセリ(乾)	0.03 g	片栗粉	1 g	チキンスープ	6 g		
塩	0.3 g	豚肉	10 g	水	80 g		
こしよ	0.03 g	大根	40 g	キャベツ	45 g		
チキンスープ	6 g	にんじん	10 g	にんじん	10 g		
薄口しよゆ	2 g	土しよが	0.5 g	ツナ/オイル	5 g		
水	100 g	青ねぎ	5 g	オリーブ油	1 g		
		薄口しよゆ	3 g	酢	1 g		
		塩	0.5 g	塩	0.1 g		
		こしよ	0.02 g	こしよ	0.02 g		
		酒	1 g	レモン果汁	0.5 g		
		けずりぶし	3 g				
		水	100 g				

今年度の給食週間のテーマは「学校給食の歴史」です。給食が始まった頃から現在にいたるまでの献立を再現します。

**23日(月) 明治22年給食開始**

学校給食は山形県にある忠愛小学校で、貧しくお弁当を持ってこれない子どもたちのために、昼食(ごはん・塩鮭・漬物)を出したことから始まりました。

**24日(火) 昭和17年頃**

戦争で食糧不足になり、さつまいでかさ増したり、小麦粉を水で練ってゆでた「すいとん」で腹持ちを良くする工夫をしていました。

**25日(水) 昭和20年頃**

食糧難により、鶏肉や豚肉の流通量が少なくなり、代わりに安価で栄養価の高いくじら肉がよく食べられるようになりました。

**26日(木) 昭和50年頃**

米飯給食が開始されるようになり、メニューの種類が増えました。また、50年代中頃より立法型の紙パックの牛乳が登場はじまりました。

**27日(金) 現在の献立**

現在は主食・牛乳・おかず・果物など、献立の種類が多くて栄養バランスがとれているだけでなく、米粉で作ったマカロニなど、アレルギーの人も食べられる食材を使った給食を提供できるようにしました。

※ 中学生は表示より約1.2~1.3倍の分量です。  
 ※ kcal表示は 小:小学生、中:中学生です。  
 ※ 野菜や献立は天候等により変更になる場合があります。