

H30年度



1月こんだて



毎月19日は食育の日

(給食で使用している米は、瑞穂市でとれる「ハツシモ」です。野菜など食材は瑞穂市・岐阜県産のものをできる限り取り入れています。)

瑞穂市教育委員会

<p>7日(月)</p> <p>あげきようざ</p> <p>もやしソテー</p> <p>ソフトめん ちゅうかあんかけ</p>	<p>8日(火)</p> <p>はたはたのからあげ</p> <p>ブロッコリーのおかかあえ</p> <p>みかん</p> <p>むぎごはん ひだぎゅうすきやき</p>	<p>9日(水)</p> <p>フランクフルトのチリソースかけ</p> <p>キャベツのカラフルソテー</p> <p>こめこいりパン まめのクリームスープ</p>	<p>10日(木)</p> <p>さわらのごまだれやき</p> <p>にくじゃが いちご</p> <p>ゆかりごはん なめこのみそしる</p>	<p>11日(金)</p> <p>ぶたにくのたつたあげ</p> <p>だいこんサラダ あおじそドレッシング</p> <p>チンゲンサイとたまごのスープ</p> <p>むぎごはん</p>
<p>14日(月)</p> <p>成人の日</p>	<p>15日(火)</p> <p><小正月の献立></p> <p>ぶりのてりやき</p> <p>ごもくさんびら</p> <p>むぎごはん しらたまちそうじる</p>	<p>16日(水)</p> <p>チキンチャップ</p> <p>いとかんてんのサラダ</p> <p>いちごジャム</p> <p>しょうパン コーンポタージュ</p>	<p>17日(木)</p> <p>わかさぎのなんばんづつ</p> <p>りんご</p> <p>ごもくごはん かきたまじる</p>	<p>18日(金)</p> <p>さといもコロック</p> <p>きりしだいにとツナのいため</p> <p>ごきな(肉)</p> <p>むぎごはん たまごのすましじる</p>
<p>21日(月)</p> <p><人気メニューの給食></p> <p>とりにくのからあげ</p> <p>ごぼうサラダ</p> <p>ちゅうかめん しょうゆラーメン</p>	<p>22日(火)</p> <p><瑞穂食育の日></p> <p>ぶたにくのかきジャムソース</p> <p>ほうれんそうとほくさいのおひし</p> <p>みかん</p> <p>むぎごはん とうふのみそしる</p>	<p>23日(水)</p> <p><昭和の給食></p> <p>まぐろとシーラーのあんからめ</p> <p>キャベツのサラダ</p> <p>コッペパン カレーシチュー</p>	<p>24日(木)</p> <p><岐阜の食事></p> <p>くじょうみそチキン</p> <p>ごもくまめ</p> <p>なめし えのきのすましじる</p>	<p>25日(金)</p> <p><明治の食事></p> <p>さけのしおやき</p> <p>ひじきのため</p> <p>むぎごはん とんじる</p>
<p>28日(月)</p> <p><愛知県の食事></p> <p>ちくわてんぷら</p> <p>れんこんのもの いちごヨーグルト</p> <p>きしめん きしめんのつゆ</p>	<p>29日(火)</p> <p>さばのしおやき</p> <p>おれんそうともゆのおひし</p> <p>いちご</p> <p>むぎごはん かすじる</p>	<p>30日(水)</p> <p>とりにくのパンこやき</p> <p>ブロッコリーのサラダ</p> <p>わふうドレッシング</p> <p>バターロールパン ポテトスープ</p>	<p>31日(水)</p> <p>にじますのフライ</p> <p>フルーツポンチ</p> <p>むぎごはん ふゆやさいカレー</p>	<p>かきりんです。瑞穂市産食材(ハツシモ以外)の使用を予定している日についています。</p>

※のデザートは業者配送です。空容器(袋の果物の皮)は業者回収です。



いよいよ1年の締めくくりとなる3学期が始まりました。風邪やインフルエンザなどの感染症が流行していますので、引き続き、手洗い・うがいの徹底と、栄養バランスの良い食事を心がけて予防に努めましょう。

学校給食においても、より一層、衛生面に細心の注意を払い、安全でおいしい給食を提供できるように取り組んでいきたいと思っております。本年もよろしくお願い致します。



全国学校給食週間 1月24日～30日

全国学校給食週間は昭和25年度から始まった取り組みで、毎年、学校給食への理解や関心を深めることを目的に実施されます。学校給食は、もともと貧しい子どもたちを飢えから救い、栄養状態を改善させるためのものでしたが、現在では役割が大きく変わり、子どもたちが望ましい食習慣や食に関する正しい知識、実践する力を身につけるための重要な役割を担っています。

<p>音の学校給食について知ろう!</p>	<p>明治22(1889)年～</p> <p>山形県輪岡町の小学校で、貧しくて弁当を持ってこられない子のために「飯や野菜を中心とした食事」を提供したのが学校給食の始まり。その後、全国へと広がるが、戦争による食料難で中止される。</p>	<p>昭和22(1947)年～</p> <p>戦後LARA(アジア救済公認団体)から寄贈された脱脂粉乳、缶詰・シチューの素などの物資を使い、学校給食が再開される。</p>
<p>昭和25(1950)年～</p> <p>アメリカから寄贈された小麦粉でパンが作られ、パン・ミルク・おかずの完全給食が始まる。</p>	<p>昭和38(1963)年～</p> <p>ソフトめんが開発され人気メニューに。翌年には牛乳の本格供給が始まり、脱脂粉乳から牛乳へと切り替えが進む。</p>	<p>昭和51(1976)年～</p> <p>米飯給食が正式に始まり、カレーライスや炊き込みご飯、どら揚げなどが登場し、メニューの幅が広がっていく。</p>

<今月使用する地元の食材・旬の食材>

瑞穂市産: 米 大根 白菜 ねぎ キャベツ にんじん 柿ジャム

岐阜県産: 豚肉 大豆 郡上みそ 豆みそ 切干大根

旬の食材: ぶり さけ わかさぎ はたはた いちご

旬の食材で作ってみませんか? 学校給食すき焼き

(材料) 4人分

- 牛もも肉 120g
- たまねぎ 小1個
- はくさい 2枚
- 焼き豆腐 1枚
- 糸こんにゃく 50g
- ねぎ 1/3本
- にんじん 1/3本
- まいたけ (ほぐす) 1/4パック
- こいくちしょうゆ 大さじ3
- 上白糖 大さじ1
- 和風だし (顆粒) 小さじ1/2
- 炒め油 適宜

(作り方)

- ①材料は食べやすい大きさに切る。
- ②深めの鍋に油を敷き、牛肉にAを少し入れ味をつけて炒め、糸こんにゃく、にんじん、まいたけ、たまねぎ、白菜の軸、ねぎの順に炒める。
- ③8分通り火が通ったら、焼き豆腐、白菜の葉を入れ、残りのAを入れ煮て味を整える。

※瑞穂市は1/21(月)～1/25(金)において、学校給食週間献立とします。瑞穂市では昭和32年に東南中学校内の給食室でコッペパンや脱脂粉乳の給食が始まりました。

Table with 10 columns (Day) and 10 rows (Meal/Ingredient/Calories). Days: 7日(月), 8日(火), 9日(水), 10日(木), 11日(金), 15日(火), 16日(水), 17日(木), 18日(金). Meals include items like ソフト麺中華あんかけ, 麦ごはん, 米粉入りパン, etc.

Table with 10 columns (Day) and 10 rows (Meal/Ingredient/Calories). Days: 21日(月), 22日(火), 23日(水), 24日(木), 25日(金), 28日(月), 29日(火), 30日(水), 31日(木). Meals include items like しょうゆラーメン, 麦ごはん, コッペパン, etc.

*毎日牛乳がつかます。

地産地消に取り組んでいます

*学校給食は、「学校給食地産地消推進事業」により、県・市町村・JAグループから一部助成を受けています。

*エネルギー量と塩分量を表示しています。