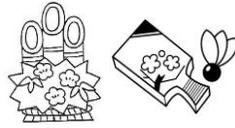


給食だより 1月



新年あけましておめでとうございます。

新しい年になりました。年末年始の忙しさで、かぜなど体調をくずしやすい時期です。規則正しい生活と、栄養バランスのとれた食事で、この1年も健康で元気に過ごしましょう。

1月24日～30日は、全国学校給食週間です！

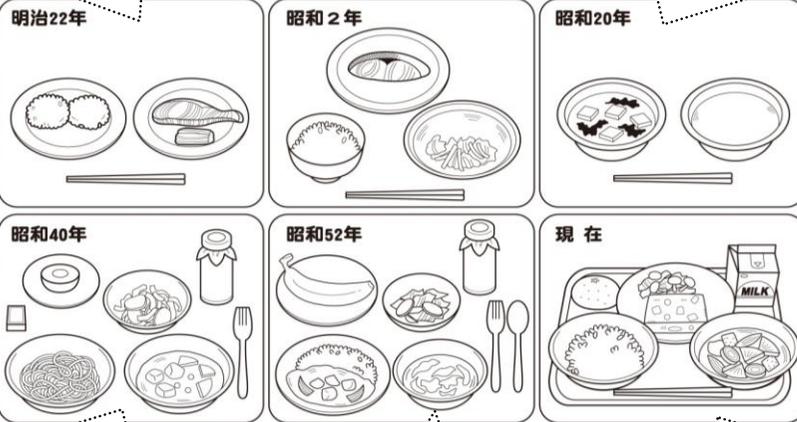
学校給食は、明治22年に山形県鶴岡市で弁当を持ってこれない子供たちのために、おにぎりや漬物や焼き魚を出したことがはじまりとされています。その後各地へ広まっていきますが、第二次世界大戦のため中断されました。戦後、昭和21年12月24日に給食が再開され、この日が記念日となりましたが、2学期の終わりで給食がないため、翌月の1月24日を給食記念日、1月24日～30日を学校給食週間としています。

給食週間中は、学校給食の意義や役割について理解と関心を高め、より一層の充実と発展を図ることを目的に、全国各地で給食に関するさまざまな行事が行われています。

学校給食が始まった頃は**おにぎり**と**漬物**、**焼き魚**という内容でした。

戦後、アメリカからの支援物資で再開された当時は**脱脂粉乳**で作る**ミルク**と**おかず一品**という献立でした。

給食の歴史を見てみよう！



パン給食が行われるようになりました。30年代はパンに和食のおかずといった組み合わせもありましたが、40年代になると、**ソフトめん**も導入され洋風メニューが中心となりました。

ごはん給食が週1回のペースで始まりました。

ごはん給食が増え、**セレクト給食**や**リクエスト給食**、**郷土料理**や**地場産品**を取り入れた給食も行われています。

予定献立表

1月8日(月)	1月9日(火)	1月10日(水)	1月11日(木)	1月12日(金)
成人の日	ターメリックライス ビーフカレー モンブランピーチ	ご飯 かれのい煮付け 酢の物 白玉雑煮	ハムとコーンのピラフ ポテトグラタン ほうれん草のスープ	親子うどん もちいなり せりと大根のサラダ りんごゼリー
	エネルギー990kcal 蛋白質24.8g 脂質34.7g	エネルギー755kcal 蛋白質33.4g 脂質13.6g	エネルギー975kcal 蛋白質32.4g 脂質39.1g	エネルギー809kcal 蛋白質33.9g 脂質20.8g
1月15日(月)	1月16日(火)	1月17日(水)	1月18日(木)	1月19日(金)
ご飯 ギョウザ キムチ鍋風煮 わかめのおひたし いちご	ハヤシライス コールスローサラダ キウイフルーツ	ご飯 ぶり大根 雪菜の炒め物 みそ汁	ご飯 ホイコウロウ ツナポテトサラダ 中華風コーンスープ いよかん	冬の炊き込みご飯 豚肉のみそ焼き 仙台白菜のおかかあえ かき玉汁
エネルギー793kcal 蛋白質29.9g 脂質21.1g	エネルギー867kcal 蛋白質28.0g 脂質25.3g	エネルギー816kcal 蛋白質37.9g 脂質25.2g	エネルギー851kcal 蛋白質28.3g 脂質24.7g	エネルギー784kcal 蛋白質37.9g 脂質20.5g
1月22日(月)	1月23日(火)	1月24日(水)	1月25日(木)	1月26日(金)
ピビンバ丼 わかめと春雨のスープ フルーツジュレ	ごま塩おにぎり 鮭の塩焼き 浅漬け いも煮汁 焼きのり	あさりとえびのピラフ ハムのワイン煮 玉子スープ オレンジ	焼きそば 肉団子スープ フルーツ入り杏仁豆腐 ミルクいちご	<誕生日給食> ご飯 くじらのオーロラソース ほうれん草のピーナッツあえ みそ汁
エネルギー841kcal 蛋白質29.1g 脂質21.8g	エネルギー734kcal 蛋白質32.4g 脂質19.5g	エネルギー794kcal 蛋白質32.3g 脂質25.6g	エネルギー863kcal 蛋白質30.6g 脂質25.6g	エネルギー779kcal 蛋白質36.9g 脂質18.9g
1月29日(月)	1月30日(火)	1月31日(水)	※牛乳は毎日つきます。 ※材料の都合により献立が変更になる場合があります。	
揚げパン 白身魚のアーモンド焼き ポトフ ボンカン	給食はありません。			
エネルギー851kcal 蛋白質31.8g 脂質33.2g				

★「給食週間」を記念して、23日に給食が始まった頃のメニューを、25日、26日、29日に懐かしの給食メニューを取り入れた給食が登場します。
★2月9日～25日まで開催される「平昌（ピョンチャン）オリンピック」を記念して22日は韓国料理の「ピビンバ」です。

お楽しみに！