

令和5年度 1月分		小学校給食予定献立表(箕田小学校)				鴻巣市教育委員会	
日曜	献立名	食品の種類				エネルギー たんぱく質	
		エネルギーのもとになる(黄)	体をつくるもとになる(赤)	体の調子を整えるもとになる(緑)	調味料		
11 木	牛乳		牛乳			637	
	黒豆ごはん	米 油 砂糖	黒豆 鶏肉 油揚げ	にんじん	しょうゆ 酒 塩		
	ぶりの照り焼き		ぶりの照り焼き漬				30.2
	雑煮	さいとも 白玉団子	鶏肉 なたか かつお	にんじん だいこん こまつな	しょうゆ みりん かつおだし		
12 金	牛乳		牛乳			596	
	ココア揚げパン	米粉ツイストパン ココア 砂糖 油					
	さつまいものシチュー	さつまいも 油 米粉	鶏肉 牛乳	玉ねぎ にんじん しめじ パセリ	スープストック 塩 こしょう		23.1
	フラワーサラダ			ブロッコリー カリフラワー コーン			16%
15 月	牛乳		牛乳			627	
	ブルコギトッパ	米					
	チンゲンサイとあさりのスープ	春雨	あさり 鶏肉 豆腐	チンゲンサイ にんじん えのきたけ	中華だし 塩 酒		26.1
	ライチゼリー	ライチゼリー					17%
16 火	牛乳		牛乳			632	
	鴻巣ねぎ旨うどん	地粉うどん					
	大根と水菜のサラダ	油 砂糖 ごま	みそ	だいこん 水菜 はくさい	酢 しょうゆ		23.3
	おにまん(愛知県の郷土料理)	さつまいも ホットケーキミックス粉 バター 砂糖	牛乳 卵				15%
17 水	牛乳		牛乳			598	
	小松菜ごはん	米 大麦 ごま 油	油揚げ	こまつな にんじん	みりん しょうゆ 酒 塩		
	わかさぎの竜田揚げ(低2こ・高3こ)	油	わかさぎ竜田揚げ				26.5
	呉汁(埼玉県の郷土料理)		大豆 豆腐 みそ	にんじん だいこん ねぎ	かつおだし		18%
18 木	牛乳		牛乳			607	
	はちみつパン	はちみつパン					
	チキンのこんがり焼き	パン粉 コーンフレーク ノンエッグマヨネーズ	鶏肉 チーズ		塩 こしょう		29.8
	ポイルブロッコリー			ブロッコリー	塩		20%
19 金	牛乳		牛乳			610	
	ごはん	米					
	厚揚げとねぎのみそ炒め	油 砂糖 ごま	豚肉 厚揚げ みそ	ねぎ しょうが にんじん 干しいたけ	豆板醤 しょうゆ 酒		26.6
	レンファオタン	春雨 でんぷん	卵 鶏肉	ほうれんそう にんじん ねぎ クリームコーン	中華だし 塩 酒		17%
22 月	牛乳		牛乳			652	
	カレーライス	米					
	フルーツポンチ	じゃがいも 油 バター 小麦粉	豚肉 スキムミルク	しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん すりおろしりんご 炒め玉ねぎ	カレー粉 スープストック ケチャップ ウスターソース こしょう 塩		20.5
23 火	牛乳		牛乳			587	
	黒パン	黒パン					
	チーズオンハンバーグ	油	ハンバーグ チーズ	エリンギ マッシュルーム トマト	ケチャップ 赤ワイン ウスターソース		26.0
	粉ふきいも	じゃがいも		パセリ	塩 こしょう		18%
ファイバースープ	大麦	鶏肉	玉ねぎ にんじん キャベツ ピーマン	スープストック 塩 こしょう			

日曜	献立名	食品の種類				エネルギー たんぱく質	
		エネルギーのもとになる(黄)	体をつくるもとになる(赤)	体の調子を整えるもとになる(緑)	調味料		
24 水	牛乳		牛乳			676	
	コーンピラフ	米 バター 油		ベーコン	にんじん 玉ねぎ コーン ピーマン		
	オムレツ			オムレツ			
	長ねぎのクリームスープ	じゃがいも 小麦粉 油 バター	鶏肉 牛乳	ねぎ	スープストック 塩 こしょう 白ワイン		23.1
いちごクレープ	いちごクレープ				14%		
25 木	【学校給食のはじまりの献立】						
	牛乳		牛乳			618	
	ごはん(こうのとり伝説米)	米					
	鮭の塩焼き		鮭の塩揚げ				
	きんぴらごぼう	油 ごま油 砂糖 ごま		ごぼう にんじん	しょうゆ		28.8
キャベツのみそ汁		油揚げ みそ	キャベツ にんじん 玉ねぎ	かつおだし	19%		
味付けのり		のり					
26 金	牛乳		牛乳			600	
	しょうゆラーメン	ホット中華めん					
	手作りしゅうまい	しょうまいの皮 でんぷん 砂糖 ごま油	豚肉 干しえび	しょうが 玉ねぎ	しょうゆ 塩		29.7
	わかめサラダ	油 砂糖 ごま	わかめ	きゅうり コーン	しょうゆ 酢 唐辛子		20%
29 月	牛乳		牛乳			661	
	コッペパン	コッペパン					
	いちごジャム	いちごジャム					
	くじらのケチャップソース	油 砂糖	くじら竜田揚げ		ケチャップ 中濃ソース しょうゆ		30.7
すいとん	小麦粉	豚肉 厚揚げ スキムミルク 卵	だいこん にんじん ほうれんそう	塩 かつおだし しょうゆ みりん	19%		
30 火	牛乳		牛乳			611	
	小松菜豚みそ丼	米	豚肉 みそ	こまつな しょうが にんにく もやし にんじん 干しいたけ	酒 みりん しょうゆ 中華だし		26.0
	のっぺい汁(新潟県の郷土料理)	さいとも でんぷん 油	鶏肉 豆腐	にんじん ねぎ こんにゃく	しょうゆ 塩 かつおだし		17%
31 水	牛乳		牛乳			622	
	ごはん	米					
	メンチカツ	油	メンチカツ		中濃ソース		25.1
キャベツのあさづけ			キャベツ しょうが	塩			
静岡おでん	じゃがいも 砂糖	昆布 厚揚げ うずら卵 ちくわ いわしのつみれ 黒はんぺん 青のり	だいこん こんにゃく にんじん	しょうゆ 酒 かつおだし	16%		
はしは毎日 忘れずに持ってきてましょう		給食回数 15回	学校給食摂取基準 エネルギー 650 kcal たんぱく質 摂取エネルギーの13~20%	1月平均摂取量 622 kcal 26.4g(17.0%)			

* 材料入荷の都合により変更になることがあります。アレルギー食品については表示していませんが、加工食品等で使用されている場合がありますのでご注意ください。
【肉・青果等の産地(令和5年度12月分)】使用した主な食材の産地をお知らせします。なお、市内小学校で共同購入する食材は市ホームページをご覧ください。

豚肉:埼玉 鶏肉:青森 にんじん:埼玉 玉ねぎ:北海道 じゃがいも:北海道 キャベツ:埼玉 ねぎ:千葉 だいこん:青森 はくさい:北海道 ほうれんそう:埼玉 ごぼう:青森 さいとも:埼玉

日本の学校給食の始まりと全国学校給食週間1月24日~30日

明治22年

日本で最初の給食
おにぎり 塩鮭 漬物
学校給食のはじまりの献立
(1月25日実施)
ごはん 牛乳 鮭の塩焼き
きんぴらごぼう
キャベツのみそ汁 味付けのり

昭和27年

昭和時代の定番給食
コッペパン ジャム 脱脂粉乳
鯨肉の竜田揚げ せんキャベツ
昭和時代の給食(1月29日実施)
コッペパン いちごジャム 牛乳
鯨のケチャップソース すいとん

今の給食とくらべたり、ご家庭で給食の思い出を話したりしてみませんか?

日本の学校給食は、1889年(明治22年)、山形県鶴岡町(現鶴岡市)の私立忠愛小学校で「おにぎり・焼き魚・漬物」を無償で提供したのが始まりと言われています。昭和時代には、戦争による食料不足で、給食が一時中断されましたが、1946年(昭和21年)12月24日に再開されました。しかし、1951年(昭和26年)からは、多くの学校が冬休みの期間中にあることから、1か月後の1月24日から30日までの1週間で「全国学校給食週間」としました。学校給食週間においては、このような歴史のある学校給食の意義や役割について、理解を深め関心を高める様々な取組を行っています。