

# 1月こんだて



- ★献立のポイント 寒さに負けない献立  
郷土に伝わる献立
- ★指導内容 ①赤・緑・黄 3色の栄養でバランスのとれた献立  
②冬の健康、寒さに負けない体を作るための食事を知る
- ★牛乳は毎日つきます  
\*都合により献立が変更になる場合があります。

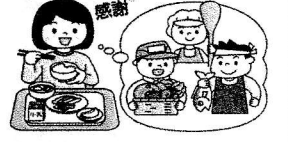
給食では地域の方々に支えられて、たくさんの産物を届けていただきます。感謝していただきましょうね。

★今月の地域生産者野菜など ★  
白菜・じゃが芋・大根・紅心大根・長ねぎ・しめじ・キャベツ・福神漬け・信州サーモン

月	火	水	木	金
8日	9日	10日	11日	12日
 <b>成人の日</b> クロワッサン ハニーマスタードチキン ジャーマンポテト 大根とホタテのスープ 新春紅白ゼリー	梅きびごはん たらの西京漬け焼き 紅白なます 雑煮	ごはん えびマヨ 春南サラダ 根菜キムチ汁	ごはん えびマヨ 春南サラダ 根菜キムチ汁	発芽玄米ごはん ◎ポークカレー ◎福神漬け和え ◎カリポリ大豆 ココアムース
15日	16日	17日	18日	19日
◎6年1組お楽しみ献立◎ キムタクで飯 鶏肉のピリ辛焼き 青菜のチーズ和え せみこ豆の味噌汁 クレープ	コッペパン 信州サーモンのレモン揚げ 糸寒天サラダ クリームシチュー	ごはん ◎サクサクみのむし ◎海藻サラダ 厚揚げの味噌汁	ごはん 鯖のカレー粉焼き かみかみきんぴら 白菜と肉団子の春南スープ りんご	手作り二色おはぎ ゆかり和え あったか粕汁 市田柿
22日	23日	24日	25日	26日
減量ごはん ぶりのフライ 茎わかめの煮物 だまこ汁	チーズフランスパン ◎鶏肉のトマトソース煮 切干大根の海苔マヨ和え ◎ABCスープ いちご	セルフおにぎり (発芽玄米ごはん・のり) 鮭の塩焼き おかか和え かぼちゃすいとん フルーツゼリー	野菜菜おやき わかさぎのり塩フライ 大豆とさつまいものサラダ 煮込みうどん アロエヨーグルト	ごはん ◎びっくりハンバーグ コーンサラダ ◎ワンダンスープ
29日	30日	31日	☆10日は11日の鏡開きにちなんで『お雑煮』です。 ☆◎マークが付いている献立は6年1組さんが家庭科の授業で考えてくれた献立です。その中でも15日は6年1組の3班の皆さんが考えてくれた1食分の献立をそのまま給食で提供します(^_^) ☆24日から30日は「全国学校給食週間」です。24日は給食が開始された頃の献立です。(栄養価の関係ですいとんをつけました。)25日は信州の郷土食「おやき」です。30日は戦後の給食の「砂糖揚げパン」です。	
ごはん 味噌カツ ◎韓国風サラダ ◎千ヶスープ いちご	砂糖揚げパン ひじきのサラダ 野菜のトマトスープ ぼんかん	鶏ごぼろごはん 赤魚の塩焼焼き 和風ポテトサラダ もずくと卵のスープ		



あけましておめでとうございます。冬休み中は、日本の伝統文化に触れる機会も多かったのではないのでしょうか。正月料理には、豊作や無病息災などの願いが込められていますが、昔も今も、その願いは変わらないことを実感します。さて、今の学年やクラスで給食を食べるのもあとわずかです。給食時間を気持ちよく過ごせるように、今年の干支である「たつ（辰）」にちなみ、一人一人が給食の「たつ（達）」人を目指してみませんか？



## 1/24~1/30 全国学校給食週間 給食の歴史&献立の変遷

学校給食の起源は、明治22(1889)年にさかのぼります。山形県の大督寺というお寺の中にあった小学校で、お弁当を持ってこれない子どもたちに、昼食を無償で提供したことが始まりとされています。その後、全国へと広がりましたが、戦争による食料不足などの影響で中断されてしまいました。

戦争が終わっても食料不足は続き、子どもたちの栄養状態が心配されたことから、学校給食の再開を求める声が高まりました。アメリカのLARA(アジア支援公認団体)から贈られた物資を使い、昭和22(1947)年1月に給食が再開しました。

★昭和21(1946)年12月24日に物資の贈呈式が行われ、この日を「学校給食感謝の日」としましたが、冬休みと重なるため、昭和25(1950)年度からは1月24日~30日を「全国学校給食週間」とすることが定められました。  
★昭和29(1954)年に「学校給食法」が成立し、学校給食の実施体制が法的に整い、教育活動として位置づけられるようになりました。

手洗い達人  
盛り付け達人  
よい姿勢達人  
はし使い達人  
お皿ピカピカ達人  
後片付け達人

今年のはたつ年!  
給食の「たつ」人を目指そう

時代の流れと共に変化を続ける「学校給食」ですが、いつの時代も、子どもたちを大切に思う気持ちが詰まっています。そんな思いを感じて、おいしくいただきましょう。