

学校給食だより

令和7年



給食開始日は、
 中学校：1月10日（金）
 小学校：1月10日（金）
 幼稚園：1月14日（火）です。



給食費口座振替日 1月27日（月）
 再振替日 2月7日（金）
 通帳残高を確認の上、前日までに入金しておいてください。

日 (曜日)	こんだて	エネルギーになる (からだをうごかす)	あか からだをつくる	みどり からだのちようしをととのえる (からだをまもる)
10 (金)	ごはん ぎゅうにゅう かすじる とりごぼう ミニトマト(2コ)	ごはん さげかす ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく・あぶらあげ けすりぶし とりにく	だいこん・にんじん こんにやく・ねぎ ごぼう ミニトマト
14 (火)	ごはん ぎゅうにゅう(小中) のむヨーグルト(幼) ワンタンスープ キムタク コールスローサラダ	ごはん ワンタン ごまあぶら ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう(小中) のむヨーグルト(ストロベリー)(幼)	はくさい・もやし・にんじん しいたけ・ねぎ キムチ・たくあん にんじん・キャベツ・きゅうり コーン・レモンかじゅう
15 (水)	お正月 おそくに ぶりのてりやき なます	ごはん しらたまもち(小中)	ぎゅうにゅう とりにく・かまぼこ けすりぶし・こんぶ ぶり	はくさい・にんじん しいたけ だいこん・にんじん きゅうり
16 (木)	こめこパン ぎゅうにゅう かぼちゃのポターシュ ポークフランク(中2コ) ツナサラダ	パン・こめこ ごま・ごまあぶら ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう ベーコン・ぎゅうにゅう なまクリーム・こなチーズ ポークフランク ツナ	かぼちゃ・クリームコーン たまねぎ・にんじん・パセリ きゅうり・にんじん
17 (金)	ごはん ぎゅうにゅう ぶたもやしスープ だいすちりめんじゃこの ごまがらめ はくさいのさっぱりあえ あじつけのり	ごはん ごま・ごまあぶら でんぶん・あぶら ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく・はなかつお みそ だいす ちりめんじゃこ ハム	もやし・キャベツ・にんじん ねぎ・にんにく・しょうが はくさい・にんじん・ゆずかじゅう あじつけのり
20 (月)	ごはん のむヨーグルト かんとうに とりにくのごますがけ えだまめ	ごはん じゃがいも でんぶん・ごま	ぎゅうにゅう(ブルーベリー) ぎゅうにゅう・うすらたまご あつあげ・まるてん・けすりぶし とりにく	にんじん・こんにやく えだまめ
21 (火)	ごはん ぎゅうにゅう たぬきじる てりやきハンバーグ わふうポテトサラダ	ごはん ごまあぶら・でんぶん パンこ(小中)・でんぶん じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう ひらてん・あぶらあげ けすりぶし とりにく・ぶたにく(幼) ハム・はなかつお	こんにやく・にんじん・えのき ごぼう・ねぎ・しょうが たまねぎ きゅうり
22 (水)	むぎごはん ぎゅうにゅう チキンカレー かぼちゃサンド ブロッコリーのおかかあえ	ごはん・むぎ じゃがいも パンこ・あぶら	ぎゅうにゅう とりにく・ひよこまめ ぶたにく はなかつお	たまねぎ・にんじん トマト・にんにく かぼちゃ ブロッコリー・コーン
23 (木)	パン ぎゅうにゅう えびボールスープ ペンのトマトソースに フルーツポンチ	パン マカロニ カクテルゼリー	ぎゅうにゅう えびボール ぶたミンチ	はくさい・にんじん・たまねぎ しいたけ・しょうが・ねぎ たまねぎ・セロリ・トマト・にんにく おうとう・パイン ナタデココ
24 (金)	ごはん ぎゅうにゅう おやこに きびなごのいそべフライ (小中2コ) こまつなあえ	ごはん じゃがいも パンこ・あぶら	ぎゅうにゅう とりにく・たまご ちくわ・けすりぶし きびなご・あおのり ツナ・いとかまぼこ・はなかつお	にんじん・たまねぎ グリーンピース こまつな・にんじん
27 (月)	たきこみごはん(すくなめ) ぎゅうにゅう うどん こぎつねに うまいか	ごはん うどん	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう とりにく・かまぼこ けすりぶし・こんぶ あぶらあげ・けすりぶし うまいか	たきこみごはんのもと にんじん・ねぎ

日 (曜日)	こんだて	エネルギーになる (からだをうごかす)	あか からだをつくる	みどり からだのちようしをととのえる (からだをまもる)
28 (火)	ごはん ぎゅうにゅう だいこんじる くじらのたつたあげ あおじそふうかいそうサラダ ミルク	ごはん でんぶん・あぶら	ぎゅうにゅう とりにく・あぶらあげ・とうふ かまぼこ・けすりぶし・こんぶ くじら かいそう・わかめ	だいこん・にんじん・しめじ ねぎ しょうが・にんにく きゅうり・にんじん
29 (水)	ごはん ぎゅうにゅう マカロニスープ チキンでアロハ ココロサラダ ◎プリンタルト	ごはん マカロニ ノンエッグごまドレッシング	ぎゅうにゅう ベーコン とりにく	たまねぎ・にんじん マッシュルーム・セロリ・パセリ パイン・しょうが・にんにく コーン・きゅうり・むぎえだまめ
30 (木)	こがたパンパン ぎゅうにゅう ちゅうかあん (あげめんにかけてね) しゅうまい(小中2コ) ◎あげめん	パン でんぶん こむぎこ あげめん	ぎゅうにゅう ぶたにく ぶたにく	ドライパイン はくさい・たまねぎ・にんじん しいたけ・たけのこ・しょうが たまねぎ
31 (金)	ふるさと給食 ごはん のむヨーグルト みそしる とりにくのレモンづけ おひだし ◎あこうみかんゼリー	ごはん でんぶん・あぶら ゼリー	のむヨーグルト(マスカット) とうふ・あぶらあげ・わかめ けすりぶし・みそ とりにく はなかつお	にんじん・ねぎ レモンかじゅう こまつな・もやし みかん

今月の兵庫県産食材

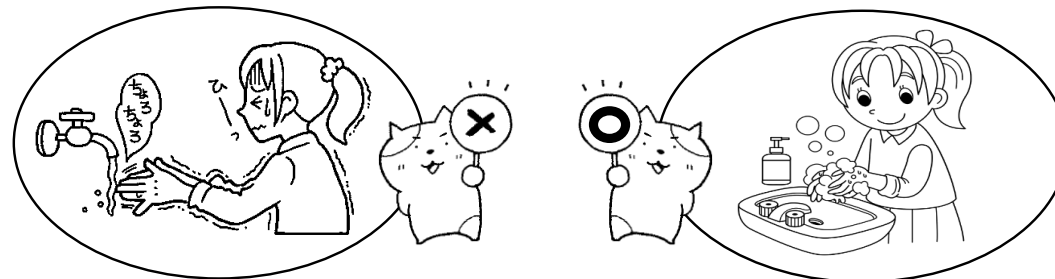
むぎ ちりめんじゃこ だいこん とりにく(31日) にんにく ゆずかじゅう マッシュルーム にんじん(31日)

今月の赤穂産食材

こめ こめこ あじつけのり みそ こまつな だいす ねぎ

寒くても
しっかり手を洗いましょう

指先だけを水で流すような手あらいをしていませんか？
 これでは手あらいをしていないのとかわりません。せっけんをつかって洗いましょう。



◎の食品は、業者が直接学校園へ配送します。
 給食だより、給食レシピは、
 赤穂市のホームページにも載せています。



赤穂市学校給食会
 赤穂市立学校給食センター
 TEL 48-7151・7252
 FAX 48-1540



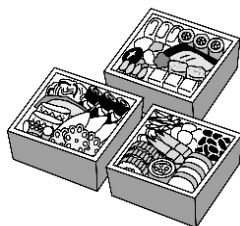
あけましておめでとうございます



あたら ねん はじ
新しい1年が始まりました。どんな冬休みでしたか？
がっき はい こんねんどのこ すく
3学期に入り、今年度も残り少なくなってきましたね。まだまだ寒い日が続きますが、げんき す きそくだ せいかつ こころ
元気な過ごせるように規則正しい生活を心がけましょう。



おせち料理



日本の食文化



しょうがつ た いわ りょうり
正月に食べるお祝いの料理です。

「おめでたいことが重なるように」と重箱に料理が詰められています。その一つひとつの料理には、意味や願いが込められています。

お雑煮



としこ そな しよくざい いっしょ
年越しのときにお供えたもちを、ほかの食材と一緒に煮て食べたのがはじまりです。その年の幸せや豊作を願って食べられています。

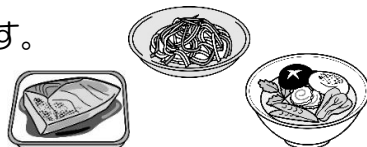
おもちのかたち ぐざい あじつ ちいき
おもちの形、だしや具材、味付けなど、地域によってちがいがあります。

15日(水)は、お正月こんだてです。

- おそうに
- ぶりのてりやき

(成長するにつれて名前がかわる「出世魚」であることから、出世をねがう)

- なます (おいわいのときの「水引き」に見立てたもの)



おぼえよう 春の七草

1月7日に春の七草が入った「七草がゆ」食べて、その年の健康を願います。

「5・7・5・7・7」
リズムに合わせて
言ってみよう♪



全国学校給食週間

1月24日～30日



がっこうきゅうしょく いぎ やくわり
学校給食の意義や役割について理解を
ふか かんしん たか
深め、関心を高めるための一週間です。

『赤穂市の思い出給食 ～もういちど食べたい味～』

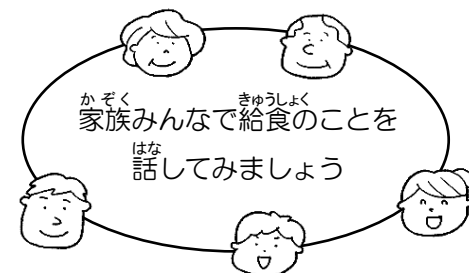
いま きゅうしょく しょうわ ねん た
今の給食センターは、昭和44年に建てられ、約55年間、子どもたちのために
おいしい給食を作ってきました。すでに知っている人もいるかもしれませんが、令
わ ねん がつ あたら きゅうしょく
和7年9月に新しい給食センターにひっこしをします。今の給食センターで作る給
食も残り少なくなってきました。そこで、24日から30日の5日間では、昔、よ
く作られていたメニューや、先生方に聞いた赤穂市の思い出のメニューを再現した
「思い出給食」を実施します。

はじめて食べるメニューもあるかもしれませんが、ぜひ味わってみてくださいね。

24日(金)

親子煮

とり肉と卵を使うので、親子煮と言います。
しょうわ ねん がつ はじ とうじょう しょうわ ねん か
昭和44年12月に初めて登場し、昭和56年か
ら平成21年ごろによく作られていました。



かぞく きゅうしょく
家族みんなで給食のことを
はな 話してみましよう

27日(月)

炊き込みごはん

むかし まいにち しよく
昔は、毎日パンが主食でした。昭和55年ごろ
からごはんの日がつけられ、ごはん具材をいれ
た「炊き込みごはん」が登場するようになりました。



28日(火)

くじらの竜田あげ

しょうわ ねん がつ しょうわ ねん
昭和44年9月から昭和55年ごろによく作ら
れていました。その後、回数は減りましたが、昭
わ 61年まで作られ、しょうがとにんにくが効いた
あまから あじ 味つけはとても人気でした。

29日(水)

チキンでアロハ

てぼもと
とりの手羽元をパイロとにんにくで煮込んだ料
理です。平成3年に登場し、平成17年ごろまで
よく作られていました。名前が印象的であり、現
在もより食べやすい形となって提供しています。



30日(木)

ちゅうかあん・あげめん

パリパリのあげめん、中華あんをかけて食べ
ます。あんをかけてすぐに食べるか、少しまって
食べるかで、あげめんのかたさを変えることがで
きます。



わいわいと 楽しく食べると おいしいよ



令和6年度
塩屋小学校5年
高田 奏佑