



令和3年1月

# 給食だより



高取小学校  
みどり学園

## 今月の目標 「給食を知ろう」

日曜	献立名 ☆ ♡ ☺ ☻ ☼ ☽	《あか》おもにからだをつくる もとなる食品		《みどり》おもにからだの調子を 整えるもとなる食品		《き》おもにエネルギーの もとなる食品		エネルギー kcal	
		1群	2群	3群	4群	5群	6群		
		肉・魚・卵 だいず・だいず製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色やさい	その他のやさい・ 果物・きのこ	米・パン・めん いも・砂糖	油脂・種実		
	たんぱく質	無機質	ビタミン・無機質		炭水化物	脂質			
12 火	わかめごはん	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう わかめ			ごはん		618	
	おそうに	かまぼこ	とりにく	にんじん	みずな	はくさい だいこん しいたけ	でんぶん もち		
	にぎすフライ	にぎす				パンこ こむぎこ	あぶら		
	たくあんあえ			にんじん		だいこんづけ キャベツ	ごま		
	ミニたいやき					こむぎこ さとう	あずき		
13 水	むぎごはん	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			むぎごはん		633	
	ハヤシシチュー	ぶたにく	チーズ なまクリーム	にんじん	トマト	たまねぎ にんにく マッシュルーム	さとう あぶら		
	キャベツいりミンチカツ	ぎゅうにゅう ぶたにく				キャベツ	パンこ こむぎこ あぶら		
14 木	だいこんのさっぱりサラダ			にんじん		だいこん キャベツ		583	
	きなこパン	ぎゅうにゅう	きなこ	ぎゅうにゅう		こがたロール	あぶら		
	ベジタブルスープ			にんじん	パセリ	たまねぎ だいこん はくさい	じゃがいも でんぶん		
	ウインナーのケチャップに	ウインナー				さとう			
15 金	やさいサラダ			にんじん		キャベツ コーン	わふうドレッシング	697	
	ごはん	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			ごはん			
	マーボー豆腐	とうふ だいず ぶたひきに く	あかみそ ぶたひきに く	にんじん		たまねぎ たけのこ しょうが	さとう でんぶん		ごまあぶら
	あいちしそいりとりはるまき	とりにく		しそ		キャベツ たまねぎ	こむぎこ あぶら		
19 火	ちゅうかふうはるさめサラダ			にんじん		キャベツ きゅうり	はるさめ さとう ごまあぶら	614	
	ごはん	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			ごはん			
	おやこどんぐ	とりにく かまぼこ	たまご	にんじん	みつば	たまねぎ ねぎ	じゃがいも さとう		
	ごぼういりつくね	とりにく				ごぼう			
20 水	こまつなともやしのごまあえ		こまつな	にんじん	もやし	さとう	ごま すりごま	612	
	ごはん	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			ごはん			
	にくだんごとじゃがいものすぶた	ミートボール		にんじん ピーマン		たまねぎ たけのこ しいたけ	じゃがいも でんぶん さとう あぶら		
	もやしのナムル			ほうれんそう		もやし しょうが	さとう		
21 木	りんご					りんご		602	
	きしめん	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			きしめん			
	ごもくきしめんじる	かまぼこ あぶらあげ		ほうれんそう		ねぎ ほんしめじ しいたけ	さとう		
	ちくわのいそべあげ	ちくわ	あおりの			こむぎこ	あぶら		
22 金	チンゲンサイとツナのサラダ	まぐる		チンゲンサイ		キャベツ	ノンエッグマヨネーズ	684	
	ごはん	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			ごはん			
	カレーシチュー	ぶたにく	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん	トマト	たまねぎ にんにく	じゃがいも さとう あぶら		
	ナゲット	とりにく				こむぎこ	あぶら		
コールスローサラダ					コーン キャベツ	コールドレッシング			

「かがみびらき(11日)」  
にちなんだ献立です。

カレーの日

### リクエスト給食 結果発表！！

11月に全校のみなさんに実施した、リクエスト給食のアンケート結果を発表します。



1月から3月の給食に登場します。  
おたのしみに！！(太字になっています。)

- 1位 やきプリンタルト
- 2位 からあげ
- 3位 きなこパン



- 4位 カレー
- 5位 コンスープ
- 6位 肉じゃが
- 7位 コールスローサラダ



- 8位 わかめごはん
- 9位 とりめし
- 10位 いかフライのレモン醤油かけ
- 10位 りっちゃんサラダ



日曜	献立名	《あか》おもにからだをつくる もとなる食品		《みどり》おもにからだの調子を 整えるもとなる食品		《き》おもにエネルギーの もとなる食品		エネルギー kcal	
		1群	2群	3群	4群	5群	6群		
		肉・魚・卵 だいず・だいず製品 たんぱく質	牛乳・乳製品 小魚・海そう 無機質	緑黄色やさい	その他のやさい・ 果物・きのこ ビタミン・無機質	米・パン・めん いも・砂糖 炭水化物	油脂・種実 脂質		
<b>高浜のとりめしを味わう学校給食の日</b>									
25月	とりめし	ぎゅうにゅう	とりにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう			ごはん さとう	693	
	ふゆやさいのすましじる		かまぼこ とうふ		にんじん こまつな	だいこん ねぎ はくさい	でんぷん		
	カワラッキーのあつやきたまご		たまご						
	ブロッコリーいりサラダ				ブロッコリー にんじん	キャベツ	サウザント・レタリング		
「とりめし」は高浜の郷土料理の1つです。卵を産まなくなった廃鶏という鶏の肉を使用した味ごはんです。									
26火	きんめげんまいごはん	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			きんめげんまいごはん	617	
	ひきずり		とりにく かまぼこ やきとうふ なると		にんじん	いとこんにやく ねぎ はくさい	さとう あぶら		
	わふうコロッケ				にんじん	れんこん	でんぷん パンこ あぶら		
	きりぼしだいこんサラダ		まぐろ		ほうれんそう	きりぼしだいこん キャベツ	ごま ごまドレッシング		
	ふりかけ			ふりかけ					
「ひきずり」は、鶏肉を使用したすきやきのことで、名古屋の郷土料理の1つです。「切り干しだいこん」は刈谷市の特産品です。									
27水	学	ごはん	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			ごはん	620	
	校	がんもいりかんとうに	あつあげ だいず がんもどき ちくわ あげボール	こんぶ	にんじん	だいこん こんにやく	さとう		
	給	にじますのかんに	にじます				さとう		
	食	キャベツとほうれんそうのあえもの			ほうれんそう にんじん	キャベツ	ごま		
愛知県産の「にじます」の甘露煮がです。(まごわやさしい献立 ※まめ(豆製品)、ごま、わかめ(海藻)・やさい、しいたけ(きのこ)、いも を使用しています。)									
28木	週	こめこパン	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			こめこパン	619	
	間	ミネストローネ	ショルダーベーコン		にんじん トマト	たまねぎ セロリー ズッキーニ にんにく	バター あぶら		
		みかわあかどりのチキンカツ	とりにく				パンこ		あぶら
		ポテトチーズサラダ		ダイスチーズ	にんじん	きゅうり	じゃがいも		ノンエッグマヨネーズ
高浜市のお米を使用した「米粉パン」がです。三河の地で育った三河赤鶏を使用したカツがです。									
29金	ひつまぶし(ごはん+うなぎ)	うなぎ					ごはん さとう	650	
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	とうふじる	とうふ かまぼこ あぶらあげ	わかめ			しいたけ ねぎ えのきたけ	でんぷん		
	れんこんハムサラダ	ハム		みずな		れんこん キャベツ コーン	ノンエッグマヨネーズ		
	やきプリンタルト						やきプリンタルト		
一色のうなぎを使用した「ひつまぶし」がです。ひつまぶしは名古屋の郷土料理の1つです。									
☆都合により、献立・材料等が変わることがあります。(給食予定回数 13回)									

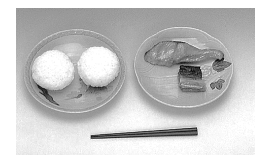
## 「全国学校給食週間」

1月24日から30日は全国学校給食週間です。この期間では、給食の歴史や意義を伝えるとともに、郷土料理や特産物を使用した献立を実施します。



### 学校給食のはじまり

明治22年(1889年)山形県の忠愛小学校で、貧しくて食べることができない子どもたちに、おにぎりや簡単なおかず(つけもの・焼き魚など)が出されていました。これが学校給食のはじまりだとされています。



明治22年頃の給食



### 学校給食の役割

給食が開始された当時は、子どもたちの栄養補給が第一の目的でした。しかし、時代とともに、子どもたちを取り巻く環境が大きく変化し、今日では、学校給食は子どもたちが食に関する正しい知識や望ましい食習慣を身につけるための重要な役割を担っています。



げんざい ちゅうあいしょうがっこうあと 現在の忠愛小学校跡には、「学校給食発祥記念」の石碑が建っています。

