



予定献立表



1月

今月の目標

感謝して食べよう

2017(平成29)年1月分(1月17日~31日11日間)

富良野学校給食センター

月	火	水	木	金
---	---	---	---	---

「全国学校給食週間」です!

1月24日から30日は、全国学校給食週間です。全国学校給食週間は世界中の人々の温かい心で給食が再開されたことを記念する行事です。普段、何気なく食べている学校給食について、改めて考える機会にさせていただけると嬉しいです。



学校給食の歴史

<p>明治 22年 (1889)</p> <p>山形県鶴岡市の小学校で、貧しくてお弁当を持ってこれない児童のために、無料で食事を提供したのが給食の始まりでした。</p>	<p>昭和 29年 (1954)</p> <p>「学校給食法」が成立し、また学習指導要領で給食が教育活動として位置づけられました。例：コッペパン、ミルク、くじらの竜田揚げ、せんきゃべつ、ジャムの献立。</p>
<p>昭和 7年 (1932)</p> <p>「学校給食臨時施設方法」が定められ、国庫補助による貧困児童救済のための学校給食を初めて実施しました。</p>	<p>昭和 39年 (1964)</p> <p>東京オリンピック頃を境にミルクが牛乳へと変わっていきました。主食の種類を増やそうと「ソフトめん」が登場します。例：ソフトめん、牛乳、カレーシチュー、甘酢和え、チーズ、黄桃の缶詰の献立。</p>
<p>昭和 18年 (1943)</p> <p>戦争で食糧不足となり、給食が一時中止となりました。</p>	<p>昭和 51年 (1976)</p> <p>給食では、米飯が正式に導入されました。例：ごはん、牛乳、ししゃもフライ、せんきゃべつ、麻婆豆腐、みかんの献立。</p>
<p>昭和 21年 (1945)</p> <p>12月24日、東京などで学校給食が再開され、翌年に全国に広がっていきました。GHQ(連合軍総司令部)やララ(アジア救済公認団体)の支援物資によりミルク(脱脂粉乳)、トマトシチューなどが提供されました。</p>	

クイズ この食べ物なあに?

- 2400年前にはすでに食べられています。日本では弥生時代に伝わりました。
- 生産量、消費量は世界の90%を日本が占めています。
- 体の調子を整え、消化も助けてくれる、胃や腸にやさしい食べ物です。
- 春の七草のひとつ、「すずしろ」です。
- 葉に近いほうが甘く、おろして食べることが多いです。先の方は辛いので煮物に向いています。

<p>17 ☆玉ねぎとベーコンのスープ</p> <p>ココアパン 牛乳</p> <p>・ポテトサラダ</p> <p>・エビカツ <卵・小麦・えび></p> <p>小 581 中 695</p> <p>たまねぎ ベーコン トマト にんじん じゃがいも にんじん たまねぎ きゅうり えだまめ コーン</p> <p>冬休みが終わり、今日から3学期が始まります。風邪は引かずに楽しめたいでしょうか?今年度も残すところあと3か月。元気いっぱい過ごしましょう。</p>	<p>18 ・みそ汁</p> <p>ごはん 牛乳</p> <p>☆甘酢あんかけ丼</p> <p>・焼きギョウザ <卵・乳・小麦>(小1個・中2個)</p> <p>小 642 中 802</p> <p>だいこん ふのり ぶたにく たまねぎ にんじん ビーマン きくらげ</p> <p>塩と梅酢で調理した料理の味加減の良さを「塩梅」と言います。今日の甘酢あんかけは、いい「塩梅」でしょうか?</p>	<p>19 ・かしらうどん</p> <p>牛乳</p> <p>・プチかぼちゃもち (小1個・中2個)</p> <p>・いちごヨーグルト <乳>(紙スプーン)</p> <p>小 618 中 751</p> <p>とりにく なたねぎ あぶらあげ にんじん</p> <p>私たちは生きていくために、動物や植物などの生き物の命をいただいています。食事の時には生き物の命に感謝する気持ちを忘れないようにしましょう。</p>	<p>20 ・雑煮風</p> <p>ごはん 牛乳</p> <p>・きんぴらごぼう</p> <p>・カップ茶わん蒸し <卵・小麦></p> <p>小 616 中 728</p> <p>ぶたにく はんぺん だいこん にんじん みつば もち ごぼう にんじん こんにやく いんげん ごま</p> <p>おせち料理にはそれぞれ願いや思いが込められています。金平ごぼうは「金太郎」の息子で怪力だった坂田金平になみ、食べた人が強く、丈夫に過ごせるよう願っています。</p>
--	--	---	---

23 ・みそ汁

ごはん
牛乳

・焼き鮭

・たくあん
<小麦>(一食包装)

小 604
中 699

じゃがいも にんじん ごぼう
だいこんは

24 ・昔風さつまいものミルクスープ

黒糖パン
牛乳

・スパゲッティ
ナポリタン

・黄桃
(一食包装)

小 653
中 809

さつまいも にんじん たまねぎ ベーコン
スパゲティ ぶたにく ウィンナー
たまねぎ ビーマン

25 ・富良野オムカレー

ごはん
牛乳

・ふらの牛乳ジュレ

・トマトオムレツ
<卵・乳・小麦>

小 856
中 1027

じゃがいも にんじん たまねぎ ぶたにく
ふらのぎゅうにゅう アセロラジュレ みかん
パインアップル もも ナタデココ

26 ☆みそコーンラーメン

・ザンギ
<小麦>

・ハスカップゼリー
(紙スプーン)

小 682
中 759

ぶたにく コーン もやし にんじん
たまねぎ

27 ・みそ汁

五目ごはん
牛乳

・キャベツとハムの
辛子醤油和え

・にしんみりん干し
<小麦>

小 640
中 741

たまねぎ にんじん
キャベツ きゅうり ハム

【全国学校給食週間】
日本の学校給食は明治時代に始まりました。当時の給食は「おにぎり、焼き魚、漬物」でした。

【全国学校給食週間】
今日のスープには脱脂粉乳を使っています。脱脂粉乳は牛乳から脂肪分と水分をぬいたものです。牛乳より長期保存でき、継続的に栄養補給ができるようになりました。

【全国学校給食週間】
富良野オムカレーは、地元食材にこだわったご当地カレーです。地元の食材を使うことは、食材が新鮮で、安心感があり魅力的ですね。

【全国学校給食週間】
今日のテーマは北海道です。ザンギやハスカップ、コーンは北海道で有名な食べ物です。みそラーメンは北海道札幌市で生まれた料理です。

給食には、たくさんの方々が関わっています。食材を生産する人、運ぶ人、料理をする人、献立を考える人...いろいろな人の思いが込められています。

30 ・みそ汁

ごはん
牛乳

☆麻婆大根

・ほたてシュウマイ
<卵・小麦>(小1個・中2個)

小 575
中 664

わかめ なめこ
だいこん ぶたにく ながねぎ
ビーマン しいたけ

給食のごはん1箱分の米を育てるために、約300リットルの水が必要です。食べ物を大切にすることは、自然の恵みである水や、食材を作る手間ひまを大切にすることにつながります。

31 ・ポトフ

バターパン
牛乳

・白菜のトマト煮

・ささみチーズフライ
<乳・小麦>

・ミルクコーヒー
(1食包装)

小 673
中 831

ひよこめ じゃがいも たまねぎ にんじん
ウィンナー いんげん
ベーコン たまねぎ ほうきさい トマト

ミルクの飲み方は、①チューブの先をねじってちぎる ②先をストローのさし口に入れる ③ゆっくりと絞る ④ゆすったり軽くふるなど混ぜる ⑤おいしくいただきます。

食事のあいさつの意味

食事のあいさつには意味が込められています。普段何気なく言っている人もいかもしれませんが、その意味を知って、さらに心を込めてあいさつができるといいですね。

●いただきます●

食事で動物や植物の命をいただいていること、食事ができることへの感謝の気持ちが込められています。

●ごちそうさまでした●

「馳走」とは「走り回る」という意味です。昔、大切な人をもてなすために遠くまで駆け回り、食べ物を集めてくれた人への感謝を表す言葉です。

太字は、リクエストメニューです。

当センターでは、単品での「揚げ物・蒸し物・焼き物」について、食品衛生法による表示義務の対象となっている食品7品目(卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生)を表示しますので参考にしてください。

※お知らせ...① 献立は都合により、内容が一部変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。
② エネルギー量(kcal)は、小は小学生・中は中学生の値です。カロリーばかりに気を取られることなく、バランスよく食べてしっかりと体づくりをしましょう。