



* 給食だより *

小清水町
学校給食センター



※牛乳は毎日つきます
※献立を変更する場合があります

全国学校給食週間

学校給食は、正しい知識や望ましい食習慣を身につけることができる「生きた教材」です。1月24日から30日は全国学校給食週間です。この機会に、学校給食の大切さや役割について考えてみましょう。また、給食や食事を食べられることに感謝し、いただきますやごちそうさまのあいさつをしましょう。

1月24日～30日は
全国学校給食週間です



学校給食のはじまり

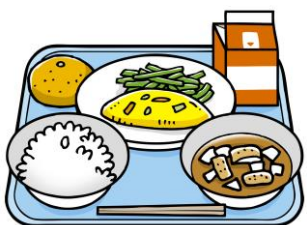
明治22年に山形県鶴岡町（現在の鶴岡市）の私立忠愛小学校で、貧しい子どもたちを対象に無償で提供された昼食が、日本で最初の学校給食だと言われています。当時の献立は、おにぎり、塩さけ、漬物などが出されていました。



小清水町の給食

小清水町では昭和50年1月27日に試験給食を実施し、同年2月3日より完全給食が開始されるようになりました。当時は、小学校6校、中学校1校、約1300人分の給食を提供していました。平成25年1月より現在の給食センターでの調理となり、小学校1校、中学校1校、保育所3か所、幼稚園1園、約480人分の給食を提供しています。

給食の思い出を家族で話題にしてみませんか？



家族で食事をする時に給食の思い出を話題にしてみましょう。好きな（好きだった）給食の献立や印象に残っているできごとなどを、ぜひ語りあってみて下さい。

産地表示

天候等により変更になる場合があります

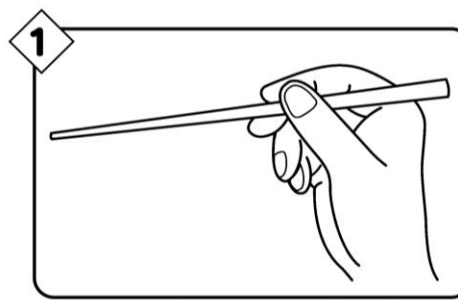
小清水産：たまねぎ、じゃがいも、ごぼう、たまご

北海道産：豚肉、鶏肉、牛肉、しめじ、もやし、

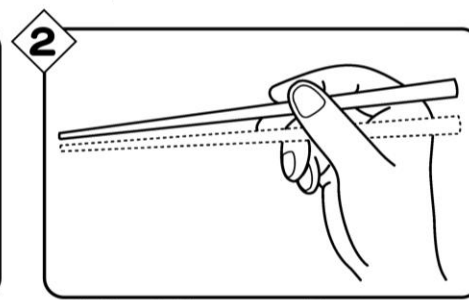
道外産：ねぎ（埼玉）、白菜・大根・しいたけ・ちんげんさい・れんこん（茨城）、にんじん（千葉）

ピーマン（宮崎）、こねぎ（高知）、キャベツ・しそ（愛知）、みかん（和歌山・愛媛）

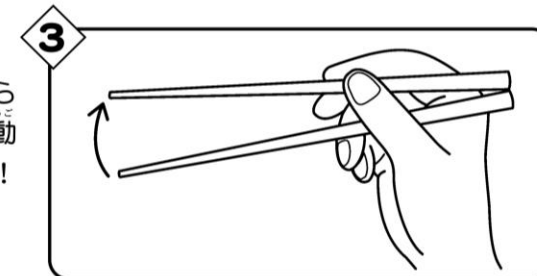
正しいはしの持ち方



えんぴつを持つように1本を持つ。



点線の部分にもう1本を入れる。



上手に持てたら上のはしだけ動かしてみよう！



<p>箸を忘れずに!!</p> <p>はしをわすれたり、わりばしを使っている人がいます。自分の手の大きさに合ったはしをもつてくるようにしましょう。</p>	<p>15日 (火)</p> <p>ごまパン ミネストローネ ハンバーグ ほうれん草のソテー</p>	<p>16日 (水)</p> <p>ごはん どさんこ汁 うの花コロッケ 切り干し大根の煮物</p>	<p>17日 (木)</p> <p>ごはん 水ぎょうざスープ チンジャオロース ナムル</p>	<p>18日 (金)</p> <p>ビビンバ丼 たまごスープ 春巻き</p>
<p>21日 (月)</p> <p>ごはん わかめとワタンのスープ 豆腐のオイスターソース煮 香味サラダ</p>	<p>22日 (火)</p> <p>ごはん みそ汁 鶏肉の香味焼き もやしと油揚げのごま酢和え</p>	<p>23日 (水)</p> <p>えびとほうれん草のクリームスパゲッティ 青のりポテトビーンズ フルーツポンチ</p>	<p>24日 (木)</p> <p>ごはん みそ汁 焼き魚（鮭） 白菜の即席漬け</p>	<p>25日 (金)</p> <p>カレーライス 小松菜サラダ みかん</p>
<p>28日 (月)</p> <p>わかめごはん おでん かわりおひたし ハスカップゼリー</p>	<p>29日 (火)</p> <p>黒糖パン 野菜と豆のスープ ポテトグラタン いろいろサラダ</p>	<p>30日 (水)</p> <p>ごはん いも団子汁 小清水風みそカツ 千切り野菜</p>	<p>31日 (木)</p> <p>ごはん みそ汁 さばの照り煮 ひじきのごまみそ和え</p>	<p>上手に持てるかな？</p>

ざいりょうひょう



	献立名	[赤の食品] 血や肉・骨をつくる	[黄の食品] 力になる	[緑の食品] 体の調子を整える
15日(火) 児童 611kcal 生徒 777kcal	ごまパン ミネストローネ ハンバーグ ほうれん草のソテー	牛乳 大豆 枝豆 ベーコン	ごまパン マカロニ じゃがいも さとう オリーブ油 バター	たまねぎ にんじん れんこん トマト にんにく ほうれん草 コーン
16日(水) 児童 679kcal 生徒 820kcal	ごはん どさんこ汁 うの花コロック 切り干し大根の煮物	牛乳 厚揚げ 油揚げ みそ	ごはん じゃがいも バター さとう ごま油 油	たまねぎ にんじん コーン ねぎ もやし しょうが にんにく 切り干し大根 こまつな
17日(木) 児童 626kcal 生徒 769kcal	ごはん 水ぎょうざスープ チンジャオロース ナムル	牛乳 ハム 豚肉 みそ	ごはん さとう 油 ごま油	しめじ にんじん ねぎ はくさい たまねぎ もやし ほうれん草 たけのこ ピーマン にんにく
18日(金) 児童 677kcal 生徒 833kcal	ピピンパ丼 たまごスープ 春巻き	牛乳 牛肉 たまご	ごはん ごま さとう ごま油	にんにく しょうが もやし ほうれん草 にんじん チンゲンサイ 干しいたけ たけのこ ねぎ
21日(月) 児童 635kcal 生徒 761kcal	ごはん わかめとワントンのスープ 豆腐のオイスターソース煮 香味サラダ	牛乳 わかめ 豆腐 豚肉	ごはん ワンタン皮 ごま さとう 油 ごま油	えのきたけ ねぎ キャベツ にんじん ピーマン たまねぎ しょうが にんにく
22日(火) 児童 655kcal 生徒 800kcal	ごはん みそ汁 鶏肉の香味焼き もやしと油揚げのごま酢和え	牛乳 豆腐 鶏肉 油揚げ みそ	ごはん さとう ごま油 ごま	こまつな しいたけ しそ こねぎ にんにく もやし にんじん
23日(水) 児童 731kcal 生徒 911kcal	えびとほうれん草の クリームスパゲッティ 青のりポテトビーンズ フルーツポンチ	牛乳 ベーコン えび 生クリーム 大豆 青のり	スパゲッティ じゃがいも オリーブ油	しめじ にんじん ほうれん草 たまねぎ もも りんご みかん
24日(木) 児童 605kcal 生徒 738kcal	ごはん みそ汁 焼き魚(鮭) 白菜の即席漬け	牛乳 油揚げ 鮭 みそ	ごはん じゃがいも さとう	ほうれん草 ねぎ はくさい にんじん
25日(金) 児童 736kcal 生徒 838kcal	カレーライス 小松菜サラダ みかん	牛乳 豚肉 ハム	ごはん じゃがいも はるさめ さとう 油 ごま油	にんじん たまねぎ こまつな みかん
28日(月) 児童 632kcal 生徒 753kcal	わかめごはん おでん かわりおひたし ハスカップゼリー	牛乳 わかめ ちくわ がんもどき さつま揚げ うずらの卵 ウインナー 厚揚げ	ごはん さとう	だいこん にんじん こんにゃく ぶき もやし ほうれん草
29日(月) 児童 605kcal 生徒 778kcal	黒糖パン 野菜と豆のスープ ポテトグラタン いりどりサラダ	牛乳 ベーコン 大豆 ハム チーズ 鶏肉	黒糖パン じゃがいも バター 油	にんじん れんこん はくさい たまねぎ コーン ほうれん草 キャベツ ピーマン

※給食センターで使用している主な食材です
※加工品・調味料等の詳細は掲載していません

	献立名	[赤の食品] 血や肉・骨をつくる	[黄の食品] 力になる	[緑の食品] 体の調子を整える
30日(水) 児童 655kcal 生徒 816kcal	ごはん いも団子汁 小清水風みそカツ 千切り野菜	牛乳 豚肉 みそ	ごはん いも団子 ごま油 さとう ごま	ごぼう ねぎ 干しいたけ キャベツ にんじん
31日(木) 児童 621kcal 生徒 770kcal	ごはん みそ汁 さばの照り煮 ひじきのごまみそ和え	牛乳 油揚げ さば ひじき ちくわ みそ	ごはん さとう ごま	はくさい こまつな ねぎ もやし コーン にんじん

かずのこ かずのこはにしの卵巣。たくさん卵があるので、子孫繁栄の意味があります。

黒豆 まめで健康に暮らせますようにという意味が込められています。

田づくり 昔、いわしを田の肥料にしていたことから、豊作をもたらすという意味。

えび 腰が曲がるまで長生きするようになど、長寿の意味があります。

おせち料理の由来

「割らないで開く」
かがみ
鏡もち

1月11日は鏡開きです。この日は正月に供えていた鏡もちを木づちなどで割ってから食べます。ただし、「割る」や「切る」という言葉は縁起が悪いので、「開く」という言葉を使っていました。鏡開きのもちは、汁粉や雑煮にして食べます。昔は丸くのしたもちをそのまま供えていたので、乾燥したりかびたりしていましたが、現在は真空パック状になったもちを使うことが多いようです。