

2025年

こんだてひょう



献立表



宇佐市立南部学校給食センター

日	主食	牛乳	おかず	おもに体をつくるものになる食べ物	おもに体のエネルギーになる食べ物	おもに体の調子をととのえる食べ物
8木	ごはん	○	チキンカレー 花野菜のサラダ	牛乳、鶏肉	ごはん、サラダ油、じゃがいも、青じそドレッシング	にんにく、玉ねぎ、にんじん、りんご、ピーチ、ブロッコリー、カリフラワー
9金	ごはん	○	白玉雑煮 ぶりのねぎ塩焼き 紅白なます	牛乳、かまぼこ、油揚げ、ぶり	ごはん、白玉もち、砂糖、ごま油、ごま	かぶ、はくさい、しめじ、白ネギ、にんじん、だいこん
13火	少なめごはん	○	なかよしうどん かきあげ 野菜の塩昆布和え	牛乳、鶏肉、かまぼこ、油揚げ、塩昆布	ごはん、うどん、油、ごま、かきあげ(小麦粉)	にんじん、小ねぎ、干しいたけ、キャベツ、きゅうり、かきあげ(たまねぎ、にんじん、ごぼう、春菊)
14水	食パン	○	コロコロポトフ フルーツのクリーム和え	牛乳、ウインナー、豚肉	食パン、じゃがいも、サラダ油、生クリーム、上白糖	玉ねぎ、キャベツ、にんじん、だいこん、パセリ、みかん、黄桃、パイナップル
15木	ごはん	○	切干大根の味噌汁 白身魚のフライ いんげんのおかか和え	牛乳、豚肉、みそ、白身魚フライ(ホキ)、かつお節	ごはん、油、白身魚フライ(パン粉、小麦粉、片栗粉)	切干大根、玉ねぎ、にんじん、はくさい、白ネギ、さやいんげん
16金	チャーハン	○	わかめスープ パンサンスー	牛乳、ハム、豚肉、わかめ	ごはん、ごま油、春雨、砂糖	にんじん、玉ねぎ、白ネギ、えのき、小ねぎ、きゅうり
19月	ごはん	○	タイピーエン ぎょうざ(2) もやしの中華和え	牛乳、豚肉、イカ、かまぼこ、餃子(豚肉、鶏肉)、ハム	ごはん、春雨、ごま油、サラダ油、砂糖、ごま、餃子(小麦粉)	しょうが、玉ねぎ、にんじん、もやし、キャベツ、小ねぎ、かぼす果汁、きゅうり、餃子(キャベツ、玉ねぎ、にら)
20火	ごはん	○	肉豆腐 ほうれん草のツナ和え 手作りふりかけ	牛乳、豚肉、木綿豆腐、ツナ、ちりめん、刻み昆布、かつお節	ごはん、砂糖、サラダ油、ごま	しらたき、にんじん、玉ねぎ、白ネギ、ほうれん草、コーン、ゆず果汁
21水	コッパパン	○	ミートスパゲッティ コールスローサラダ りんごジャム	牛乳、豚肉、ハム	コッパパン、スパゲッティ、サラダ油、ノンエッグマヨネーズ、りんごジャム	にんじん、玉ねぎ、マッシュルーム、トマト、キャベツ、コーン
22木	ごはん	○	ハヤシライス ジャーマンポテト	牛乳、豚肉、ベーコン	ごはん、サラダ油、じゃがいも	マッシュルーム、玉ねぎ、にんじん
23金	ごはん	○	わかめの味噌汁 イワシのみぞれ煮 ちくわの酢の物	牛乳、わかめ、木綿豆腐、みそ、焼き竹輪、いわしみぞれ煮(いわし)、油揚げ、のり	ごはん、砂糖	玉ねぎ、キャベツ、にんじん、小ねぎ、えのき、きゅうり
26月	ごはん	○	ジビエ麻婆豆腐 華風あえ	牛乳、木綿豆腐、豚肉、いのしし肉、みそ	ごはん、ごま油、砂糖、片栗粉、ごま	にんじん、玉ねぎ、小ねぎ、干しいたけ、もやし、きゅうり
27火	ごはん	○	中華春雨スープ ゆず塩から揚げ(2) キャベツのゆかり和え	牛乳、豚肉、鶏肉	ごはん、春雨、片栗粉、米粉、油、ごま	にんじん、玉ねぎ、小ねぎ、きくらげ、キャベツ
28水	きなこ揚げパン	○	ポークビーンズ フルーツのミルク和え	牛乳、きな粉、豚肉、ベーコン、大豆、スキムミルク	コッパパン、油、砂糖、じゃがいも、サラダ油	玉ねぎ、にんじん、トマト、みかん、黄桃、パイナップル、ナタデココ
29木	ごはん	○	キムチ鍋 もやしとほうれん草のナムル 味つけのり	牛乳、ハモつみれ団子(ハモ)、豚肉、木綿豆腐、みそ	ごはん、ごま油、砂糖	にんじん、えのき、だいこん、もやし、はくさい、キムチ漬、白ネギ、ほうれん草
30金	わかめごはん	○	みそすいとん こまつなのCa和え	牛乳、わかめ、豚肉、油揚げ、みそ、チーズ、ちりめん	ごはん、地粉、白玉粉、ごま、砂糖	かぼちゃ、にんじん、はくさい、白ネギ、こまつな、キャベツ

あけましておめでとうございます。本年もよろしくおねがいいたします。

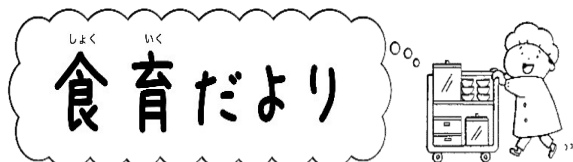
※安心院小学校5年生が、収穫したお米を9日、13日、15日に使用します。丹精込めて作ったお米です。ありがとうございます！

※26日～30日は学校給食週間です。26日は、安心院ジビエファクトリーのいのしし肉を使って麻婆豆腐を作ります。

※27日は、櫛野農園さんの「ゆず香」を使って、「ゆず塩からあげ」を作ります。

※29日は、上野水産のハモ団子と、松本漬物のキムチを使って「キムチ鍋」を作ります。どちらも宇佐市産です。

※30日は、四井製麺の「地粉」を使って、すいとんを手作りし「みそすいとん」を作ります。※食材は仕入れの状況により、変更になる可能性があります。



1月の食育目標:感謝して食べよう!





1/24~1/30 は
ぜん こく がっ こう きゅうしょく かん
「全国学校給食週間」です

にほん がっ こう きゅうしょく

日本の学校給食のあゆみ

学校給食の始まり

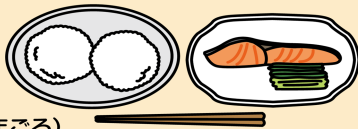
明治22年(1899)年、山形県の私立忠愛小学校で、貧しい子たちへ食事を提供したのが始まりとされています。この学校はお寺の中にあり、お坊さんたちが家々を回ってお経を唱え、いただいたお金や食べ物を使って食事を用意していました。大正12年(1923)年には、子どもたちの栄養状態を改善するための方法として、学校給食が国から奨励されるなど、各地へ広がりましたが、戦争による食糧不足で中止せざるを得なくなりました。

おにぎり

焼き魚

漬物

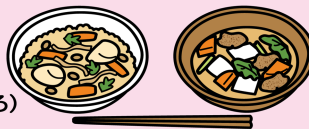
(明治22年ごろ)



五色ごはん

栄養みそ汁

(大正12年ごろ)



支援物資による学校給食の再開

戦後、子どもたちの栄養状態の悪化を心配する声が高まり、昭和21(1946)年12月24日にLARA(アジア救援公認団体)から給食用物資の寄贈を受けて、翌1月の学校給食が再開されました。当初は12月24日を「学校給食感謝の日」としていましたが、その後、冬休みと重ならない1月24日からの1週間を「全国学校給食週間」としました。

ミルク

トマトシチュー

(昭和22年ごろ)



コッペパン・ミルク

クジラの竜田揚げ

せん切りキャベツ

(昭和25~30年ごろ)



バラエティー豊かな献立内容に

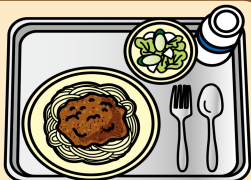
昭和29(1954)年に「学校給食法」が成立してことで、実施体制が法的に整い、学校給食は教育活動として位置付けられるようになりました。主食はパンが中心でしたが、昭和51年に米飯(ごはん)は正式に導入されると、カレーライスや炊き込みご飯などが登場し、献立内容が充実していきました。

ミートスパゲッティ

牛乳

フレンチサラダ

(昭和40~50年ごろ)



カレーライス

牛乳・塩もみ

ゆで卵

(昭和51年ごろ)



このように、学校給食の内容は時代とともに変化していますが、いつの時代も変わらずに「子どもたちが飢えることなく、美味しく食べて、健やかに成長できるように」といった願いが込められています。現代では、大人になっても自分自身で考えて健康な食生活を続けることができるように、学校給食は「教材」としての役割も担っています。