

30(月)	ごはん	ぎゅうにゆう	31(火)	しよくパン	ぎゅうにゆう
マーボー豆腐	あげぎょうざ	スープに	ミートビーンズ		
とうふ	ぎょうざ	とりにく	ぎゅうミンチ		
ぶたミンチ	あげあぶら	ベーコン	ぶたミンチ		
たけのこ		じゃがいも	だいず		
あおなご	じゃことひじきの ごますあえ	たまねぎ	(ひきわり)		
ほししいたけ		にんじん	たまねぎ		
しょうが		むきえだまめ	にんじん		
にんにく	ひじき	セロリー	しお		
あかみそ	ちりめんじゃこ	あぶら	こしよ		
はちようみそ	きゅうり	とりがらスープ	カレーこ		
トウバンジャン	さとう	ポークフィヨン	あかワイン		
テンメンジャン	こいくちしょうゆ	しお	ウスターソース		
こいくちしょうゆ	さけ	こしよ	こいくちしょうゆ		
さとう	すりごま	うすくちしょうゆ	トマトケチャップ		
みりん	ず	こいくちしょうゆ	トマトピューレ		
こしよ	うすくちしょうゆ	しるワイン	あぶら		
ごまあぶら			でんぶん		
でんぶん					
さけ					

エネルギー	たんぱく質	しつ
kcal	g	g
677	26.0	26.0

エネルギー	たんぱく質	しつ
kcal	g	g
619	31.5	22.2

【1月分平均栄養量】

エネルギー kcal	たんぱく質 %	しつ %	カルシウム mg	てつ mg	ビタミン			
					A μgRAE	B1 mg	B2 mg	C mg
650	13~20 ※1	20~30 ※2	350	3.0	200	0.40	0.40	25
630	18.2	29.0	430	4.3	232	0.50	0.56	28

※1 摂取エネルギー全体のたんぱく質の割合13%~20%
 ※2 摂取エネルギー全体の脂質の割合20%~30%


令和5年1月 太子町 学校給食だより

1月24日~30日は、
全国学校給食週間!

学校給食の始まり

日本の学校給食は、明治22年、山形県にあるお寺の中に建てられた私立忠愛小学校で、貧しくてお弁当を持ってこれない子ども達のために、お寺のお坊さんが食事を用意したのが始まりとされています。
 その後、給食の取り組みは全国各地へと広がりましたが、戦争の影響で食料が不足し、中断されました。

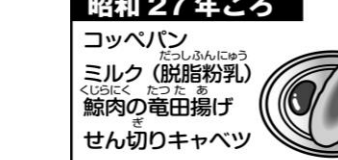
明治22年ごろ



おにぎり 塩ザケ 漬物

戦後、昭和21年に子ども達の栄養状態を改善しようと、アメリカのLALAという民間団体から贈られた食材を使い、学校給食が再開されました。
 それから、時代の移り変わりとともに、学校給食の内容も変わっていきました。


昭和27年ごろ



コッペパン ミルク(脱脂粉乳) 鯨肉の竜田揚げ せん切りキャベツ ジャム

昭和25年に、アメリカから寄贈された小麦粉でパンが作られ、「パン・ミルク・おかず」の完全給食が始まりました。

昭和40年ごろ



ソフトめん ミートソース 牛乳 フライポテト 黄桃

24日 学校給食はじまりのメニュー
 学校給食の最初のメニューを再現した「おにぎり」「鮭の塩焼き」「白菜のゆず和え」に、「さつまいものみそ汁」「牛乳」を追加した献立にしました。明治時代にタイムスリップした気持ちで食べてみてください!

1月の給食に使用する「さつまいも」「だいこん」は太子町で作られたものです♪
 昨年に続き、よいまねっと太子のみなさんから「さつまいも」をいただきました!

リクエスト給食 6年生が栄養を考えて作った献立!

今年も6年生が考えてくれた献立が3学期の給食に登場します。家庭科の授業で習った食品の3つの働きや、五大栄養素のそろった献立になるように考えてくれました。食べてくれるみんなが好きなメニューを入れたり、旬の食べ物を使ったりと工夫もしてくれましたよ。
 各クラスから1名ずつ、献立を選ばせてもらいました。

19日 山田小学校 6年1組 から選んだ献立

献立への思いや工夫した点
 旬の食材を使う所 バランスを取っていた

料理名	食品のグループ				
	お米・エネルギーのもとになる食品	たんぱく質	たんぱく質	たんぱく質	たんぱく質
ごはん	ごはん				
揚げパン					
おにぎり					
わかめごはん					
ホイコーロー丼					
チキンライス					
ピビンバ					

意見聞いて改善したところ
 ふりかけ入り給食を考えるのが難しかったです

特別企画 アンコール給食!

中学校3年生に、卒業までにもう一度食べたい給食をアンケート調査しました。人気のあった料理を3学期にできるだけ取り入れます。
 献立表に♪のついた料理です。太子町給食の思い出の味をお楽しみに!!

- | | | | | |
|------------|--------------|---------------|---------------|-------------|
| 主食 | 主菜 | 副菜 | 汁物 | デザート |
| 1位 揚げパン | 1位 鶏のからあげ | 1位 ほうれん草のおひたし | 1位 豚汁 | 1位 ケーキ |
| 2位 おにぎり | 2位 鶏肉の塩こうじ焼き | れんこんチップス | 2位 コーンクリームスープ | 2位 ゼリー |
| わかめごはん | 3位 ハンバーグ | 3位 ポテトサラダ | 3位 キムチ入り中華スープ | 3位 プリン |
| 4位 ホイコーロー丼 | 4位 さばの香味焼き | 4位 さつまいもの天ぷら | 4位 かきたま汁 | 4位 だいごくいち |
| 5位 チキンライス | 5位 豚ヒレのソース風味 | 5位 じゃこピーマン | 5位 わかめスープ | 5位 みかん |
| 6位 ピビンバ | | 6位 ピリ辛きゅうり | | |

その他にも...オレンジジュース、フルーツ、米粉パン、オリーブパン、もやしとわかめのナムルなどの意見がありました。