

1月きゅうしょくこんだてひょう



2025年12月23日

剣崎学校給食センター

1/8…松浦小・米水津小
・鶴見中なし

*牛乳（主に体をつくるものとなる）は、毎日つきます。 *献立は都合により変更することもあります。 *材料の（ ）は、だしどりのみです。

日	学校 確認欄	献立名	主に体をつくる ものとなる	主に調子を整える ものとなる	主にエネルギーの ものとなる	その他	一 覧 表 番 号	加工品等のアレルギー表示					*コンタミ くる み	もりつけかた	
								加工品名等	卵	乳	小麦	落花生	えび		
8 木		ごはん			米									8	
		トリニータ丼	鶏肉	にんにく,にら,生姜	でんぶん,大豆油,砂糖,ごま油	塩,こしょう,酒,濃口しょうゆ,コチジャン									
		けんちん汁	鶏肉,油揚げ,豆腐, (いりこ)	ごぼう,大根,にんじん,ねぎ	つきこんにゅく,里芋,砂糖,サラダ油	薄口しょうゆ,和風だし									
9 金		ごはん			米									9	
		白玉せんざい	あずき		白玉もち,砂糖	塩	1105	白玉もち							
		きんぴらごぼう	豚肉,さつま揚げ	ごぼう,にんじん,いんげん	つきこんにゅく,サラダ油,砂糖,ごま油	濃口しょうゆ,薄口しょうゆ,みりん,酒,和風だし	10038	さつま揚げ							
		いわしのカリカリフライ	いわしのかりかりフライ		大豆油		10053	いわしのカリカリフライ							
13 火		ごはん			米									13	
		松風焼き	鶏ひき肉,大豆ミート,しおり豆腐,赤みそ	玉ねぎ	パン粉,ごま,砂糖,でんぶん	濃口しょうゆ,酒,みりん	4006 1017	大豆ミート パン粉	●						
		もずくスープ	豆腐,卵,もずく, (かつおぶし)	玉ねぎ,にんじん,ねぎ		薄口しょうゆ									
		ポイルブロッコリー			プロッコリー										
14 水		黒砂糖パン			黒砂糖パン		1005	黒砂糖パン	●●					14	
		ポークシチュー	豚肉	玉ねぎ,にんじん,生しいたけ,ミルボア	サラダ油,じゃがいも,小麦粉,バター,砂糖,ウージハウダー	赤ワイン,塩,こしょう,トマトピューレ,デミグラスソース,濃口しょうゆ,ウスターソース,コンソメ	18018 1114 17045	ミルボア ウージハウダー デミグラスソース	●						
		ツナのレモンあえ	フレッシュミート	キャベツ,きゅうり,にんじん,レモン		濃口しょうゆ,薄口しょうゆ,酢,塩	10017	フレッシュミート							
15 木		ごはん			米									15	
		ハ宝菜	かまぼこ,いか,豚肉	玉ねぎ,にんじん,キャベツ,乾しいたけ,ねぎ,たけのこ,生姜	でんぶん,サラダ油,ごま油	酒,中華あじ,塩,こしょう,薄口しょうゆ	10028	かまぼこ							
		大學芋			さつまいも,大豆油,黒ごま,砂糖	濃口しょうゆ									
		やさしいぶりかけ いろいろやさい				やさしいぶりかけ いろいろやさい	17075	やさしいぶりかけいろいろやさい							
16 金		ごはん			米									16	
		筑前煮	鶏肉	ごぼう,たけのこ,にんじん,れんこん,乾しいたけ,いんげん	じゃがいも,こんにゃく,砂糖,サラダ油	酒,濃口しょうゆ,薄口しょうゆ,和風だし,みりん									
		いわしの竜田揚げ	いわし	生姜	砂糖,でんぶん,大豆油	塩,濃口しょうゆ,薄口しょうゆ,酒,みりん									
		みかん		みかん											
19 月		ごはん			米									19	
		しらたま雑煮	鶏肉,かまぼこ, (こんぶ), (かつおぶし)	大根,白菜,にんじん,ねぎ	白玉もち	塩,薄口しょうゆ	10028 1105	かまぼこ 白玉もち							
		錦卵	卵,鶏ひき肉,ひじき	たけのこ,玉ねぎ,にんじん,ほうれん草	砂糖,サラダ油	塩,薄口しょうゆ,和風だし									
		かえりいりこの佃煮	いりこ		ごま,砂糖	濃口しょうゆ,酢,みりん,酒									
20 火		ごはん			米									20	
		豆腐コロッケ	しおり豆腐,鶏ひき肉,チーズ,卵	玉ねぎ,コーン	パン粉,小麦粉,大豆油	塩,こしょう	13014 1017	チーズ パン粉	●						
		ケチャップ				トマトケチャップ8g									
		さつまいものみぞ汁	油揚げ,白すりみそ, (いりこ)	大根,玉ねぎ,にんじん,ねぎ	さつまいも										
21 水		コッペパン			コッペパン		1004	コッペパン	●●					21	
		白菜とマカロニのクリーム煮	鶏肉,牛乳,チーズ	にんじん,白菜,ブロッコリー,ぶなしめじ	マカロニ,小麦粉,バター,サラダ油,ウージハウダー	塩,こしょう,コンソメ,ローレル,白ワイン	13008 1015 1114	チーズ マカロニ ウージハウダー	●●						
		グリーンサラダ	豚ロースハム	キャベツ,きゅうり,ブロッコリー	サラダ油,砂糖	酢,塩,こしょう,薄口しょうゆ	11033	ロースハム	●●●						
		みかんジャム			みかんジャム		7021	みかんジャム							
22 木		ごはん			米									22	
		さばのウスターイング	さば	生姜	砂糖	酒,薄口しょうゆ,ウスターイング									
		真たくさんスープ	(かつおぶし), (こんぶ), 白すりみそ	大根,にんじん,白菜,えのき,白ねぎ,れんこん	里芋,こんにゃく	和風だし,濃口しょうゆ									
		みかん		みかん											
23 金		米粉パン			米粉パン		1007	米粉パン	●●					23	
		ペンネのトマトソース	牛ひき肉,豚ひき肉,チーズ	玉ねぎ,にんじん,グリンピース	ペンネット,砂糖,サラダ油	ウスターイング,塩,こしょう,ケチャップ,ナツメグ,コンソメ,赤ワイン	13008 1015	チーズ ペンネット	●●						
		ほうれん草とりんごのサラダ	豚ロースハム	キャベツ,にんじん,ほうれん草,りんご	サラダ油,砂糖	酢,塩,こしょう,薄口しょうゆ	11033	ロースハム	●●●						

1月きゅうしょくこんだてひょう



2025年12月23日

剣崎学校給食センター

1/8…松浦小・米水津小
・鶴見なし

*牛乳（主に体をつくるものとなる）は、毎日つきます。 *献立は都合により変更することもあります。 *材料の（ ）は、だしどりのみです。

日	学校 確認欄	献立名	主に体をつくる ものとなる	主に調子を整える ものとなる	主にエネルギーの ものとなる	その他	一 箇 表 番 号	加工品等のアレルギー表示		*コンタミ くる みに み	もりつけかた		
								加工品名等	卵	乳	小麦	落花生	えび
26 月	ごはん				米			全国学校給食週間 (1月24~30日)					26
	かますのフライ	かますフライ		大豆油			10042	かますフライ	●				
	だんご汁 <small>さいきの恵み</small>	豚肉,油揚げ,(いり ご)	大根,白菜,ごぼう,にんじ ん,乾しいたけ,ねぎ	小麦粉,米粉	塩,薄口しょうゆ,和風だし								
	ごまだしあえ	ごまだし	白菜,にんじん,かぼす				17043	ごまだし	●				
27 火	ごはん			米									27
	チキンカレー <small>さいきの恵み</small>	鶏肉	玉ねぎ,にんじん,にんに く,生姜	じゃがいも,サラダ油, ウージパウダー	スペシャルカレー,やさいカ レー,トマトピューレ,赤ワイ ン,ローレル,カレー粉,塩,こ しょう,コンソメ	1114 17031 17038	ウージパウダー スペシャルカレー やさいカレー	●					
	フレンチサラダ	豚ロースハム	キャベツ,きゅうり,にん じん,コーン	サラダ油,砂糖	酢,塩,こしょう,薄口しょう ゆ	11033	ロースハム	●	●	●			
28 水	揚げパン (きな粉)	きな粉		コッペパン,砂糖,大豆油	塩	1004	コッペパン	●	●				28
	ポトフ	鶏肉,ワインナー	キャベツ,玉ねぎ,にんじ ん,グリンピース,にんに く	じゃがいも,バター	塩,こしょう,薄口しょうゆ, コンソメ,キノコスープ	11028	ワインナー						
	ソフール	ソフール				13005	ソフール	●					
29 木	鶏めし	鶏肉	にんにく,ごぼう	米,砂糖,サラダ油	濃口しょうゆ,酒								29
	ほうれん草と厚揚げのみぞ汁 <small>(いりご)</small>	生揚げ,白すりみそ,	ほうれん草,玉ねぎ,にん じん										
	いしがき 石垣もち			小麦粉,ウージパウダー, さつまいも,砂糖	バーキングパウダー,塩	1114	ウージパウダー						
30 金	ごはん			米									30
	豆腐ボールの和風あん	しづり豆腐,鶏ひき肉	にら,にんじん,きくらげ, 乾しいたけ	でんぶん,大豆油,砂糖	酒,塩,濃口しょうゆ,みりん								
	キムチスープ <small>Organic</small>	豚バラ肉,豆腐	乾しいたけ,にんじん,え のき,キャベツ,朝鮮漬け 小さめカット,ねぎ		薄口しょうゆ,塩,こしょう, 中華あじ,みりん	6009	朝鮮漬け						

*材料の()はだしどりのみです。

*表示義務のない(8品目以外)アレルゲンを完全除去することはできません。

*アレルギー表示対象品目は、特定原材料8品目(表示義務)えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生(ピーナッツ)、くるみです。そばは、給食にはできません。

*特定原材料に準ずる原材料20品目の(表示推奨)アーモンド、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、マカダミアナッツについては、献立表と各校に配布している加工食品一覧表で確認をお願いします。

(令和6年3月28日、消費者庁より、食品表示基準の一部を改正する内閣府令が発表され、食物アレルギー表示推奨品目(特定原材料に準ずるもの)に「マカダミアナッツ」が追加され、「まつかけ」が削除されました。推奨のため「マカダミアナッツ」の記載がない場合があります。)

*加工食品や調味料は、同じ品名でも以前と成分が変わることがあります。毎月の献立表と加工食品一覧表でアレルギー食品表示をご確認下さい。

*パンの日は、乳アレルギーの場合は代替パン(乳アレルギーなし)を準備します。小麦アレルギーの場合は、ごはん等を持参してください。

*天候等による急なトラブルで献立や食材を変更する場合があります。



(出典：食育フォーラム)



学校給食の歴史は、明治22年、山形県鶴岡市の忠愛小学校で、お弁当を持ってくることのできない児童を対象に、昼食（おにぎりと漬物）を出したのが始まりです。その後、給食は全国に広まりましたが、第2次世界大戦により、日本中が食糧不足になったため、給食は中止になり、多くの子どもたちが栄養失調になりました。

戦後、「ララ（アジア救済団体）」から、脱脂粉乳が寄贈され、東京・神奈川・千葉で、昭和21年12月24日に学校給食が再び始まり、この日が給食記念日となりました。現在は12月24日が冬休みに入るため、一ヶ月後の1月24日からの一週間を「全国学校給食週間」としたのです。

戦後、学校給食は学校で行う教育の一つに位置付けられました。健康の保持・増進だけでなく、将来健康的で望ましい食生活を送るための手本となり、また学校での学びを深めるための生きた教材としての活用も積極的に行われています。みんなで協力して助け合うことの大切さを学び、自然の恵みや人々の働きに感謝し、ふるさとや様々な地域の食文化を理解して未来に伝える、そして食を通して社会をよく知るといった目標が現在、学校給食には課せられています。子どもたちの健やかな体と心をはぐくむための力となれるように日々努力を



今月の給食

・全国学校給食週間にちなんで、郷土料理などを出します

1月26日(月)だんごじる、ごまだしあえ

1月28日(水)揚げパン(きな粉味)

1月29日(木)とりめし、石垣もち

・ふるさと給食

1月15日(木)大学芋(有機栽培さつまいも)

1月21日(水)白菜とマカロニのクリーム煮(有機栽培人参)

・食べて学ぼう魚の日:1月26日(月)かますのフライ

・有機栽培野菜&さいきの恵み…1月15日さつまいも、

1月14日、21日、26日、27日、30日人参、1月26日大根

