

令和6(2024)年 1月 給食だより

柏崎市南部地区
学校給食共同調理場
TEL/FAX (21)3532

新しい年が始まります。調理場では、引き続きおいしく安全な給食づくりに励んでいきたいと思ひます。

よろしくお願ひいたします。

市のホームページ
からも見てね



1月の給食目標

感謝して食べよう

私たちは、普段、何気なく食事をしてしまいがちですが、その裏には、食べ物を育てる人や運搬をする人、料理をする人など、さまざまな人たちの働きがあります。この機会に、食べ物の大切さや、給食に関わる人たちの思いを考えてみましょう。

「ありがとう」の気持ちを伝えよう!

「いただきます」のあいさつ

食べ物となった動物や植物の命をいただいていること、そして食事ができることへの感謝の気持ちを表します。



よいマナーで食べる

よいマナーで美しくいただくことは、作ってくれた人の思いを大切に、感謝していることを表すことにつながります。



残さず食べる

残さず食べることは、食べ物の命やその料理に込められた思いに感謝していることを表します。



「ごちそうさま」のあいさつ



食事をするために行われた、さまざまな人の努力や仕事に感謝するあいさつです。

後片付けは思いやりの心で

洗って片付けてくれる人のことを考え、食器や食缶はきれいに重ねて返します。



1月 こんだて表

月	火	水	木	金
1月地場産物	9	10	11	12
米 キャベツ しいも オータムホエム	手作りチーズタルト コーンサラダ	れんこんの炒めなます 松風焼き	きな粉もち	ゆきんこあえ 鮭の焼漬け
	ハヤシライス(菱ごはん)	ごはん のっぺい汁	三色そばろし餅(ごはん) 白菜鍋	ごはん スキージュー
※天候や収穫量により使用できない場合があります。	719/226/21 871/263/27	682/314/20 853/378/26	660/305/21 837/364/25	612/307/19 779/377/23
15	16	17	18	19
みかん コーンピラフ	のりすあえ ごはん	フルーツヨーグルト ごはん	ポテト きんぴら ごはん	しょうゆフレンチ わかめごはん
スイートポテトサラダ ミネストローネスープ	餅と大根のうま煮 かきたまみそ汁	じゃこのごまあえ ちゃんこうどん	梅きりざい 雪見汁	ふふっと白菜グラタン みそワントンスープ
672/227/22 850/271/28	645/283/23 807/342/29	633/255/21 790/309/26	621/254/24 789/310/29	616/260/27 774/307/34 ばくもぐランチ

22日~26日は学校給食週間「食べて巡ろう~新紙幣ゆかりの地~」

22	23	24	25	26
影の国サラダ ごはん	アメリカンサラダ ジャンバラヤ	小松菜のそぼろ炒め ごはん	オータムホエムのマヨあえ 高菜めし	もちクリーム 海軍カレー(菱ごはん)
ゼリーフライ 煮ぼうとう	クラムチャウダー	ちくわの笑ふら 大根のみそ汁	厚焼き餅 つぼん汁	フレンチサラダ
657/224/23 815/265/27	637/260/23 805/305/28	618/247/24 793/311/31	613/256/26 769/305/30	706/232/23 864/279/27
新一万円札 浪花茶一 埼玉県	新五千円札 津田梅子 アメリカ	新一万円札 裏面 東京都	新千円札 北里繁三郎 熊本県	新千円札 裏面 神奈川県
29	30	31	1/19	
塩昆布あえ しいもごはん	春雨サラダ ごはん	いよかん チキンクリームライス	ふふっと白菜グラタン	
ししゃものごまフリッター とうふのみそ汁	鮭バーグの玉ねぎソース わかめサラダ	れんこんと青菜のサガ か-風味菱ごはん	*都合により、献立の内容を一部変更することがあります。ご了承ください。	
620/306/28 804/378/33	607/272/22 762/322/25	633/263/17 796/311/22	小千原しげ-いさか/たんはく-いさか/養徳山 中工千太郎-いさか/たんはく-いさか/養徳山 学校・学年の欠食予定、行事食等	

食べることは
命のバトンを
受け継ぐこと

私たちは、食べ物の命を食べることによって、命を受け継いでいます。だから、残さず食べて、体も心もしっかり成長していきましょう。受け継いだ命を大切にしていけることも私たちの役割なのです。



※1月22日～26日は学校給食週間!!※

学校給食の意義や役割などについて理解と関心を高めるための1週間です。

今年度のテーマは… 食べて巡ろう～新紙幣ゆかりの地～

令和6年7月、紙幣デザインが新しくなります。そこで、今年度の給食週間は、新紙幣にデザインされる偉人・建物・絵にちなんで献立です。楽しく給食を食べながら、新紙幣ゆかりの地を巡りましょう。

新一万円札

表面◆渋沢栄一◆



埼玉県出身。日本最初の銀行である第一国立銀行
埼玉出身。日本最初の銀行である第一国立銀行
(現在のみずほ銀行)の創設者であり、その他にも生涯において500もの企業設立など
にかかわり、『日本近代社会の創設者』とされています。

1/22(月) 埼玉県の郷土料理「ゼリーフライ」「煮ぼうとう」が出ます。

裏面◆東京駅舎◆



「赤レンガ駅舎」として親しまれた歴史的建造物の東京駅。

1/24(水) 東京が発祥地といわれる「天ぷら」「こまつな」が出ます。

新五千円札

表面◆津田梅子◆



東京都出身。日本の女性教育の先駆者。日本初の女子
留学生として、6歳から11年間アメリカに渡り、帰国後は、
女子英学塾(現在の津田塾大学)を開き、女性の地位向上に尽力しました。

1/23(火) アメリカの郷土料理「ジャンバラヤ」「クラムチャウダー」が出ます。

裏面◆藤の花◆



古事記や万葉集にも登場し、古くから親しまれている藤の花。

新千円札

表面◆北里柴三郎◆



熊本県出身。破傷風の治療や予防、ペスト菌の発見
などを行い、生涯にわたって予防医学の発展に尽力した『近代日本医学の父』。
多くの偉人を育成し、現在の千円札の顔である「野口英世」も弟子の一人です。

1/25(木) 熊本県の郷土料理「高菜めし」「つぼん汁」が出ます。

裏面◆富嶽三十六景「神奈川沖浪裏」◆



世界の芸術家に影響を与えた浮世絵師・葛飾北斎の代表作。

1/26(金) 神奈川県名物「海軍カレー」「アイス」が出ます。

1月の食材料表

柏崎市南部地区学校給食共同調理場

日	曜	体をつくる(赤)		体の調子を整える(緑)		エネルギー源になる(黄)	
		1群	2群	3群	4群	5群	6群
		豆腐・卵・肉	牛乳・乳製品・小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜・果物	米・パン・めん・いも・砂糖	油脂
9	火	ぶた肉 たまご	牛乳 クリームチーズ	ブロッコリー にんじん トマト	キャベツ きゅうり コーン たまねぎ にんにく グリンピース レモン汁	米 麦 ジャがいも さとう 小麦粉 タルトカップ	油 デミグラスソース バッラー ガーリック生クリーム
10	水	とうふ ちくわ とり肉 油あげ ぶた肉 みそ だいず 高野とうふ	牛乳 こんぶ	にんじん きぬさや	こんにゃく しいたけ ごぼう だいこん れんこん ねぎ しょうが	米 片栗粉 さといも さとう	油 ごま
11	木	きなこ とうふ ぶた肉 とり肉 みそ たまご だいず	牛乳	にんじん こまつな しゅんぎく	しらたき ねぎ はくさい えのきたけ にんにく だけのこ	米 さとう 白玉もち	油
12	金	とうふ みそ だいず ぶた肉 とり肉 さけ	牛乳	にんじん ほうれんそう	だいこん ねぎ つきこん きゅうり れんこん	米 さつまいも さとう	ノイグ マネー
15	月	ウインナー ツナ ぶた肉 だいず ミックスピーズ	牛乳 チーズ	ピーマン トマト にんじん	キャベツ たまねぎ きゅうり コーン みかん	米 マカロニ さとう さつまいも	油 ノイグ マネー
16	火	たまご みそ だいず 油あげ とうふ とり肉 ぶり	牛乳 のり	にんじん こまつな	ねぎ はくさい キャベツ もやし だいこん しょうが	米 ジャがいも 片栗粉 さとう	油
17	水	とり肉 油あげ たまご みそ	牛乳 脱脂粉乳 ヨーグルト ちりめんじゃこ	にんじん ほうれんそう	キャベツ しらたき ねぎ はくさい えのきたけ しょうが パイン もも みかん	うどん さとう 片栗粉	ごま ごま油
18	木	油あげ とり肉 ぶた肉 なつとう かつお節	牛乳	みすな にんじん のざわな	ねぎ えのきたけ だいこん つきこん ごぼう 梅干 たくあん	米 ジャがいも さとう いももち	油 ごま ごま油
19	金	ハム ベーコン みそ ぶた肉	牛乳 チーズ わかめ	こまつな にんじん ほうれんそう	キャベツ たまねぎ はくさい マッシュルーム ねぎ えのきたけ メンマ もやし	米 こまちふ わんたん皮	油 バター ヴェジャソース
22	月	油あげ とり肉 たまご おから ツナ	牛乳 のり	にんじん ピーマン ほうれんそう	ねぎ はくさい ごぼう たまねぎ つきこん きゅうり コーン	米 ほうとう さといも 小麦粉 パン粉 ジャがいも さとう	油 ごま
23	火	ウインナー ベーコン あさり とり肉 ぶた肉	牛乳 脱脂粉乳 チーズ	にんじん ピーマン ブロッコリー	たまねぎ にんにく キャベツ きゅうり コーン レモン汁	米 麦 ジャがいも さとう ポテトチップス	油 ヴェジャソース
24	水	ちくわ ぶた肉 油あげ みそ だいず とうふ	牛乳 青のり わかめ	こまつな にんじん	たまねぎ しょうが にんにく だいこん ねぎ	米 米粉 小麦粉 はるさめ さとう	油 ごま ごま油
25	木	とうふ とり肉 たまご	牛乳 のり	にんじん たかな オータムポエム	だいこん こんにゃく しいたけ ごぼう キャベツ	米 片栗粉 さといも	ノイグ マネー ごま ごま油
26	金	とり肉	牛乳 脱脂粉乳 チーズ	にんじん ブロッコリー	たまねぎ しょうが にんにく キャベツ コーン	米 麦 ジャがいも さとう アイス	油 カレールウ
29	月	みそ だいず とうふ 油あげ とり肉 たまご	牛乳 こんぶ ししゃも チーズ	ほうれんそう にんじん	ねぎ えのきたけ キャベツ きゅうり だいこん もやし	米 さといも さとう 小麦粉	油 ごま
30	火	ハム みそ さけ ぶた肉 あさり たまご だいず	牛乳 わかめ ひじき	にんじん	だいこん ねぎ きくらげ きゅうり もやし たまねぎ しょうが レモン汁	米 ジャがいも はるさめ さとう パン粉	油 ごま ごま油
31	水	とり肉 だいず	牛乳 脱脂粉乳 チーズ ちりめんじゃこ	にんじん オータムポエム	たまねぎ マッシュルーム キャベツ れんこん いやかん	米 麦 さとう	生クリーム 油 ヴェジャソース バター ごま油