

令和6(2024)年 1月 給食だより

明けましておめでとうございます。今年も調理場では、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。

柏崎市西部地区
学校給食共同調理場
TEL/FAX (22)9563

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いますが、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。

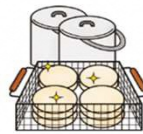


「ごちそうさま」のあいさつ



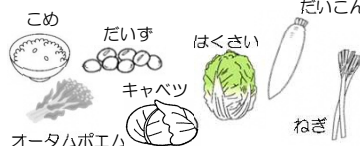
食事をするために行われた、さまざまな人の努力や仕事に感謝するあいさつです。

あとかたづけ 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月の地場産物



※天候や収穫量により使用できない場合があります。

1/19 ぼくもぐらんち

ふふっと白菜グラタン
旬の白菜とお麩のグラタンです。甘味たっぷりの白菜を味わいましょう。

先が見通せる

れんこんは縁起物
れんこんは、断面に穴が開いていることから、「貫通しがきく」ということで、縁起のよい野菜としておせち料理などのお祝いごとに使われてきました。

*献立は都合により変更させていただきます。ご了承ください。

小：1杯半 - / たんはく醬 / 塩
中：1杯半 - / たんはく醬 / 塩
全校欠食の学校・行事など

1月 こんだて表

月	火	水	木	金
1月 9 手作りのチースタルト コーンサラダ ハヤシライス(麦ごはん) 729/208/24 885/24.1/30	10 れんこんの炒めなます 松風焼き ごはん のっぺい汁 681/32.3/23 850/33.8/29 お正月献立	11 きなこもち 三色そばろ丼(麦ごはん) 白菜鍋 684/31.5/23 860/37.9/26 お正月献立	12 ゆきんこあえ 鮭の焼き漬 ごはん スキージ 612/29.3/21 770/35.4/26 スキージの日献立	15 スイートポテトサラダ コーンピラフ ミネストローネ 624/18.0/23 782/21.1/29

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 影の国サラダ ゼリーフライ ごはん 煮ほうとう 623/22.2/22 773/26.2/27	23 アメリカンサラダ ジャンバラヤ クラムチャウダー 602/21.1/25 760/24.5/31	24 小松菜のそばろ炒め ちくわの天ぷら ごはん 大根のみそ汁 612/24.1/24 782/30.2/31	25 オータムポエムのマヨあえ 厚焼き卵 ごはん 高菜めし つぼみ汁 621/24.6/29 780/28.7/36	26 もちクリームアイス フレンチサラダ 海軍カレー(麦ごはん) 707/21.4/19 862/25.8/24
29 ポテトきんぴら きりざい ごはん 雪見汁 601/24.1/26 752/29.1/31	30 小1,2年1本 3年~2本 中2本 しほ塩こんぶあえ ししゃものキムチ揚げ きといも里芋 とうふのみそ汁 606/28.1/32 771/34.7/39	31 りんご 切り干し大根のこまマヨあえ ごはん 中華丼(麦ごはん) 585/23.0/19 734/27.5/24	あけましておめでとうございます	



1月食材料表



働き	からだ 体をつくる(赤)		からだ 体の調子を整える(緑)		エネルギー源になる(黄)		
	食品群	主な食品	食品群	主な食品	食品群	主な食品	
9	火	ぶた肉、ゼラチン	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	米、むぎ、さとう、じゃがいも、タルトカップ	生クリーム、油、ハヤシルー、デミグラスソース
10	水	あぶらあげ、ちくわ、とり肉、ぶた肉、みそ、こうやとうふ、さつまあげ	牛乳	にんじん、さやいんげん	こんにゃく、えだまめ、しいたけ、ごぼう、れんこん、ねぎ	米、かたくりこ、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、いりたまご、だいず	牛乳	にんじん、こまつな	しらたき、ねぎ、はくさい、えのきたけ	米、むぎ、さとう、白玉だんご	油、ごま油
12	金	さけ、とうふ、みそ、だいず、ぶた肉、ハム	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	米、さつまいも、さとう	ノンエッグマヨネーズ
15	月	ウィンナー、ハム、とり肉	牛乳	にんじん、トマト	キャベツ、たまねぎ、きゅうり、コーン、みかん	米、マカロニ、じゃがいも、さとう、さつまいも	油、ノンエッグマヨネーズ
16	火	たまご、みそ、だいず、あぶらあげ、とうふ、とり肉、ぶり	牛乳、のり	にんじん、こまつな、さやいんげん	ねぎ、はくさい、キャベツ、もやし、だいこん	米、じゃがいも、かたくりこ、さとう	油
17	水	あぶらあげ、とうふ、とり肉	牛乳、脱脂粉乳、ヨーグルト、ちりめん	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、パインかん、ももかん、みかんかん	うどん、さとう、かたくりこ	ごま
18	木	とうふ、とり肉、レバー	牛乳	にんじん、チンゲンサイ	たまねぎ、ねぎ、しいたけ、きゅうり、もやし	米、はるさめ、さとう、かたくりこ	ごま油、ごま、油、アーモンド
19	金	ハム、ベーコン、ウィンナー、とり肉	牛乳、チーズ	にんじん、こまつな、ブロッコリー	もやし、たまねぎ、はくさい、しめじ、パセリ粉、キャベツ、セロリ	米、さとう、ふ、じゃがいも	オリーブ油、油、バター、ベシメルソース
22	月	あぶらあげ、とり肉、おから、ツナ	牛乳、のり	にんじん、ほうれんそう	キャベツ、ねぎ、はくさい、ごぼう、たまねぎ、きゅうり	米、ほうとう、さといも、ごむぎこ、パンこ、じゃがいも	油
23	火	ウィンナー、あさり、ベーコン	牛乳、脱脂粉乳	にんじん、ブロッコリー、ピーマン	たまねぎ、キャベツ、きゅうり	米、じゃがいも、ポテトチップス、ゼリー	油、ベシメルソース
24	水	あぶらあげ、みそ、だいず、とうふ、ぶた肉、ちくわ	牛乳、わかめ、青のり	にんじん、こまつな	だいこん、ねぎ、たまねぎ	米、はるさめ、さとう、こめこ、ごむぎこ	油、ごま、ごま油
25	木	厚揚げ、とり肉、あつやきたまご	牛乳	にんじん、オータムボエム、たかなづけ	だいこん、こんにゃく、しいたけ、ごぼう、キャベツ、きゅうり、コーン	米、かたくりこ、さといも	ノンエッグマヨネーズ、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	キャベツ、コーン、たまねぎ、りんご	米、むぎ、じゃがいも、もちクリームアイス	油、カレールウ
29	月	あぶらあげ、とり肉、ぶた肉、なっとう	牛乳	にんじん、みすな、のざわなづけ	ねぎ、えのきたけ、だいこん、しらたき、ごぼう、たくあん	米、白玉もち、じゃがいも、さとう	油、ごま、ごま油
30	火	とり肉、みそ、だいず、とうふ、あぶらあげ	牛乳、ししゃも、わかめ、しおこんぶ	にんじん	ねぎ、えのきたけ、キャベツ、きゅうり	米、さといも、さとう、かたくりこ	油
31	水	とり肉、えび、いか、うすらたまご、ぶた肉	牛乳	にんじん、こまつな	きゅうり、もやし、きりぼしだいこん、たまねぎ、はくさい、きくらげ、たけのこ、りんご	米、かたくりこ	ごま、ノンエッグマヨネーズ、油、ごま油

○1月22日～26日は学校給食週間です！

学校給食は、子どもたちが食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けるために重要な役割を果たしています。学校給食週間は、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。

今年の給食週間のテーマ

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◆

さいたまけんしゅうしんにほんさいしよぎんこう 埼玉県出身。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」と言われています。

1/22(月)埼玉県の郷土料理「ゼリーフライ」と「煮ほうとう」が出ます！

裏面◆東京駅舎◆

あか 赤レンガ駅舎として親しまれた歴史的建造物です。



1/24(水)東京都が発祥地といわれる「天ぷら」と「こまつな」が出ます！

新五千円札



表面◆津田梅子◆

とうきょうとしゅうしんにほんのじょせいきょういけんくしやにほんほつじょしりゅうがくせいさい 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。

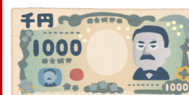
1/23(火)アメリカの郷土料理「ジャンバラヤ」と「クラムチャウダー」が出ます！

裏面◆藤の花◆

こしき まんようしゅう 古事記や万葉集にも登場し、古くから親しまれている花です。



新千円札



表面◆北里柴三郎◆

くまもとけんしゅうしんはしやうちりやうまほう 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」と「つぼん汁」が出ます！

裏面◆富嶽三十六景「神奈川沖浪裏」◆



せかいの芸術家に影響を与えた浮世絵師かつしきほくさい 世界著名な浮世絵師。葛飾北斎の代表作

1/26(金)神奈川県名物「海軍カレー」と「アイス」が出ます。