

2024年度

1月 給食だよ

柏崎市西部地区
学校給食共同調理場
TEL/FAX (22) 9563



あけましておめでとうございませう。今年も調理場では、安心安全でおいしい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。



1月24日～30日

今年のテーマ

食べて学ぼう！日本の万博

2025年4月から、大阪・関西万博が開催されます。そこで、今年の給食週間では、今までに日本で開催された万博について振り返り、その開催地の郷土料理や食文化について学ぶことをテーマにしました。



20日 1970年 大阪府

おおさか エキスポ
大阪 EXPO70

～人間の進歩と調和～

アジア初かつ日本初の当時史上最大規模を誇った万国博覧会。戦後、高度経済成長を成し遂げ、アメリカに次ぐ世界第2位の経済大国となった日本の象徴的イベントであった。



21日 1975年 沖縄県

おきなわかいようはく
沖縄海洋博

～海-その望ましい未来～

沖縄返還、沖縄県の日本本土復帰記念事業として開催された。海をテーマにした万博で、シンボルとして半浮遊式海洋構造物「アクアボリス」などが建設された。



22日 1985年 茨城県

かかばんばく
つくば科学万博

～人間・居住・環境と科学技術～

筑波研究学園都市で開催。パビリオンには、現在も日本でトップを走る企業（日立・東芝・富士通など）が参加しており、日本の科学技術の高さが示された。



23日 2005年 愛知県

あい ちきゅうはく
愛・地球博

～自然の叡智～

1970年の大阪万博以来の大規模な国際万博。人・モノ・情報の交流を地球規模で活性化させることを目的としていた。跡地は、現在ジブリパークになっている。

24日 2025年 大阪府

おおさか かんさいばんばく
大阪・関西万博

～いのち輝く未来社会のデザイン

未来社会の実験場がコンセプト。人類共通の課題解決に向け、先端技術など世界の英知を集め、新たなアイデアを創造・発信する場に。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

1月 こんだて表

月	火	水	木	金
こんだて *献立は都合により 変更させていただく 可能性があります。 ご了承ください。		8 さけの 松風焼き ごはん さけの 松風焼き ごはん	9 ごまじゃこ サラダ みかん ハヤシライス (愛ごはん)	10 きなこ もち れんこん そぼろ 白菜なべ
小: 1時15分～1時45分 中: 1時45分～2時15分 大: 2時15分～2時45分 全校欠食の学校・行事など	14 ゆきんこ あえ ちくわの 二色あぶら ごはん スキージ	15 手作り ごまプリン うどん すき焼き うどん汁	16 もやし ナムル 鶏肉と レバーの ケチャップ煮 ごはん 白菜 スープ	17 ごまあえ さばの みそ煮 ごはん 煮しめ
	645/241/23 822/297/31	659/321/15 802/372/20	611/241/26 765/285/32	645/305/26 804/364/32

20日～24日は学校給食週間「食べて学ぼう！～日本の万博～」

20	21	22	23	24
ブルガリア ヨーグルト いちご 揚げ たこやき 小1～4年: 1コ 小5年～: 2コ ばら寿司 肉すい 637/258/24 782/293/31 1970年: 大阪府	サーター アンダギー ジュシー もすく スープ 605/215/20 764/256/24 1975年: 沖縄県	そば 納豆 いわしの パイタ焼き ごはん 茨城の恵み たっぷり 643/303/22 807/362/29 1985年: 茨城県	れんこんの ごま酢あえ 厚揚げの 田楽みそ がらめ ごはん かしの ひきすり 670/296/23 828/351/30 2005年: 愛知県	万博 ポンチ お好み サラダ SDGsカレー (愛ごはん) 702/206/17 882/246/21 2025年: 大阪府
27 もものタルト のり酢あえ ハンバーグ チーズ焼き わかめ ごはん ワンタン スープ 719/266/32 874/315/39 大洲小リクエスト	28 ひじき サラダ お豆の ピラフ 白菜の クリーム 605/240/26 777/286/32	29 白菜の 刻み漬け ぶりカツ 丼 豆腐の みそ汁 664/293/23 843/356/30	30 チョレギ サラダ 手作り 春巻き ごはん チゲ スープ 631/255/22 788/297/27 大洲小リクエスト	31 かかマヨ あえ 車麩の 揚げ煮 小1～2年: 1コ 小3年～: 2コ 中～: 2コ ごはん たら かす汁 620/255/21 755/297/25 はまなす欠食



割らないで開く鏡餅

1月11日は鏡開きです。

この日は正月に供えていた鏡餅を木づちなどで割って食べます。ただし、「割る」や「切る」という言葉は縁起が悪いので、「開く」という言葉を使っています。鏡開きの餅はお汁粉や雑煮に食べて食べます。給食では、きなこ餅を一日早い10日にいただきます。



1/27

大洲小学校
リクエスト給食

大洲小学校の6年生のみなさんが、授業で献立を考えてくれました。チーズをのせたハンバーグは、給食初登場です。

1/17

はくもぐランチ
煮しめ

里芋をたくさん使った柏崎の郷土料理です。片栗粉でとろみをつけるのが特徴です。



1月食育だより

1月の給食目標 感謝して食べよう

毎日給食が食べられるまでには、たくさんの方がかかわっています。どんな人たちが働いているのかを考え、「ありがとう」「いただきます」の気持ちを持って、食事をしましょう。

生産者さん



配膳パートさん



お店屋さん



給食当番さん



調理員さん



運転手さん



感謝の心を
忘れずに！

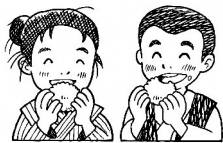


★学校給食週間～給食の歴史★

明治22年に、山形県鶴岡市の忠愛小学校

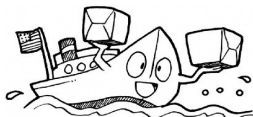
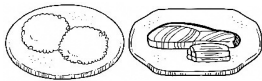
で、お弁当を持ってくるのでできない子どもたちに昼食を与えたのがはじまり

です。この時の献立は、おにぎり、塩サケ、菜の漬物だったといわれています。



戦争が始まると、食糧不足で給食は中断されます。昭和20年、戦争が終わっても食べ物がなく、子どもたちの栄養状態は悪いままでした。そんな日本の子どもたちの様子を見て、世界の

国々から小麦粉や脱脂粉乳、缶詰などが送られてきました。その物資をもとに、給食が再開されました。



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	1群	2群	3群	4群	5群	6群
主な食品	豆腐・卵・魚・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
8 水	とり肉、みそ、さけ、だいず、あぶらあげ	牛乳	にんじん、こまつな	ねぎ、だいこん、みかんかん、はくさい、つきこん、しいたけ	米、パンこ、かたくりこ、さとう、白玉もち	ごま
9 木	ぶた肉	牛乳、ちりめん	にんじん、トマト、こまつな	たまねぎ、グリーンピース、キャベツ、みかん	米、むぎ、じゃがいも、さとう	油、ハヤシルー、デミグラスソース、ごま、ごま油
10 金	ぶた肉、とり肉、とうふ、きなこと	牛乳	さやいんげん、にんじん	たまねぎ、れんこん、しらたき、ねぎ、はくさい、えのきたけ、しいたけ	米、さとう、白玉もち	油
14 火	とうふ、みそ、ぶた肉、ちくわ、ハム	牛乳、青のり	にんじん、ほうれんそう	ごぼう、だいこん、ねぎ、つきこん、きゅうり、れんこん	米、さつまいも、こめこ、こむぎこ、さとう	油、ごま、ノンエッグマヨネーズ
15 水	ぶた肉、とうにゅう、やきとうふ	牛乳、ちりめん	にんじん、ブロッコリー	キャベツ、コーン、しらたき、ねぎ、はくさい	うどん、プリンの素、さとう	ごま、油
16 木	レバー、とり肉、やきぶた	牛乳	にんじん、こまつな	もやし、コーン、たまねぎ、はくさい	米、さとう、かたくりこ、じゃがいも、はるさめ	油、ごま油、ごま
17 金	さば、みそ、あぶらあげ、ちくわ、とり肉	牛乳	にんじん、さやいんげん、ほうれんそう	しょうが、こんにゃく、ごぼう、しいたけ、キャベツ	米、さとう、かたくりこ、さといも	ごま、ねりごま
20 月	錦糸卵、とうふ、ぶた肉	牛乳、のり、ヨーグルト	にんじん、きぬさや、はねぎ	たまねぎ、ねぎ、しいたけ、たけのこ、れんこん、かんぴょう	米、たこやき	油
21 火	とうふ、ぶた肉	牛乳、もずく、こんぶ	こまつな、にんじん	たまねぎ、グリーンピース、えのきたけ	米、さとう、じゃがいも、サターアングダー	油
22 水	なっとう、みそ、だいず、とうふ、とり肉、いわし、こうやどうふ	牛乳	こまつな、にんじん	きりぼしだいこん、ねぎ、はくさい、れんこん、たまねぎ	米、さつまいも、パンこ、さとう	ごま油
23 木	やきどうふ、とり肉、みそ、あつあげ、ぶた肉、ハム	牛乳	しゅんぎく、にんじん	ねぎ、はくさい、えのきたけ、つきこん、キャベツ、きゅうり、れんこん	米、さとう、かたくりこ	ごま、油
24 金	ぶた肉、かつおぶし、ツナ	牛乳、スキムミルク、チーズ、青のり	にんじん、こまつな	かぶ、キャベツ、たまねぎ、りんご、コーン、ようなしかん、りんごかん、レモン汁	米、むぎ、さつまいも、いちごゼリー、サイダーゼリー、杏仁豆腐、ナタデココ、サイダー	油、カレールウ、ノンエッグマヨネーズ
27 月	ツナ、ぶた肉、ハンバーグ	牛乳、わかめ、のり、チーズ	ほうれんそう、にら、にんじん	もやし、はくさい、しいたけ、メンマ	米、ワンタン皮、さとう、もものタルト	
28 火	とり肉、ベーコン、だいず	牛乳、ひじき、スキムミルク	にんじん、ブロッコリー	キャベツ、きゅうり、はくさい、たまねぎ、コーン、えだまめ	米、さとう、じゃがいも	油、ベジマールソース、マーガリン
29 水	ぶり、あぶらあげ、みそ、だいず、とうふ	牛乳、しおこんぶ	にんじん、こまつな	きゅうり、はくさい、ねぎ、えのきたけ	米、むぎ、こめこ、パンこ、こむぎこ、さとう	油
30 木	あつあげ、あさり、ぶた肉	牛乳、のり	にんじん、にら	だいこん、はくさい、キムチ、もやし、キャベツ、きゅうり、しいたけ、たけのこ	米、さとう、かたくりこ、はるさめ、はるまきのかわ	ごま油、油
31 金	たら、みそ、とうふ、かつおぶし	牛乳	にんじん、こまつな	だいこん、ねぎ、ごぼう、コーン、もやし	米、くるまふ、さとう、さけかす、さといも	油、ノンエッグマヨネーズ