

2025年度

1月 給食だよ！

柏崎市南部地区
学校給食共同調理場
TEL 21-0900
FAX 22-6866



あけましておめでとうございます。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。



給食週間 今年のテーマ



市のホームページからも見てね

応援しよう！冬季オリンピック

2026年2月に、『ミラノ・コルティナ 2026冬季オリンピック』が開催されます。そこで、給食週間では、今までに開催された冬季オリンピックについて振り返り、その開催地の料理や食文化について学ぶことをテーマにしました。

1月19日~23日

全国学校給食週間



21日 アメリカ

- ★1932年 レークプラシッド
- ★1960年 スコーバレー
- ★1980年 レークプラシッド
- ★2002年 ソルトレークシティ

冬季オリンピック最多の4回も開催しています。8年後の2034年はソルトレークシティで開催予定です。



19日 イタリア

- ★1956年 コルティナ・ダンベッツォ
- ★2006年 トリノ

イタリアではこれまでに冬季オリンピックが2度開催されていて、ミラノでは夏冬通して初めてのオリンピックとなります。



20日 中国

- ★2022年 北京

北京オリンピックでは、日本歴代最多18個のメダルを獲得しました。新潟県出身の新選手も大活躍！



23日 日本

- ★1972年 札幌
- ★1998年 長野

札幌は、アジア初の冬季オリンピック開催地です。日本人初の金メダリストが誕生しました。20世紀最後の冬季オリンピックは長野で開催されました。



22日 ノルウェー

- ★1952年 オスロ
- ★1994年 リレハンメル

冬季オリンピックの絶対王者ともいわれるメダル最多獲得国。クロスカントリ―やスピードスケートなどで多くのメダルを獲得しています。



1月 こんだて表

月	火	水	木	金
<p>1月の給食目標</p> <p>感謝して食べよう</p> <p>いただきます</p> <p>食べ物はもととも生きた動物や植物の命です。その命をいただくことへの感謝が込められています。</p> <p>ごちそうさま</p> <p>漢字で「ご馳走さま」と書き、食事を用意するために駆け回ってくださりありがとうございますという意味です。</p>				
<p>1月の地場産物</p> <p>だいこん</p> <p>こめ</p> <p>キャベツ</p> <p>ねぎ</p> <p>ごちそうさま</p> <p>※天候や収穫量により使用できない場合があります。</p>				
<p>8</p> <p>手作りの紅白デザート</p> <p>こんにゃくサラダ</p> <p>ポークカレー(麦ごはん)</p> <p>684 / 24.0 / 2.1</p> <p>836 / 28.0 / 2.5</p>				
<p>9</p> <p>切干大根の五目なます</p> <p>松風焼き</p> <p>ごはん</p> <p>紅白雑煮</p> <p>654 / 27.6 / 2.0</p> <p>815 / 32.9 / 2.4</p> <p>お正月献立</p>				
<p>10</p> <p>ぱくもぐランチ</p> <p>白菜のぽかぽか汁</p> <p>酒粕としょうがを使った体があったまるお汁です。白菜の甘みを感じながらいただきます。</p> <p>611 / 29.6 / 2.2</p> <p>761 / 35.2 / 2.4</p>				
<p>13</p> <p>みかん</p> <p>かみかみ</p> <p>そぼろ丼(麦ごはん)</p> <p>豆乳みそ鍋</p> <p>611 / 29.6 / 2.2</p> <p>761 / 35.2 / 2.4</p>				
<p>14</p> <p>丸パンに白身魚フライとコールスローサーを挟んで食べましょう</p> <p>コールスローサー</p> <p>丸パン</p> <p>フィンナーのトマトスープ</p> <p>600 / 27.5 / 2.8</p> <p>740 / 33.2 / 3.4</p>				
<p>15</p> <p>揚げじゃこ</p> <p>厚揚げのキムチ炒め</p> <p>中華コーンスープ</p> <p>ごはん</p> <p>589 / 25.0 / 2.2</p> <p>739 / 29.4 / 2.8</p>				
<p>16</p> <p>ひじき</p> <p>さばの香味焼き</p> <p>ぱくもぐランチ</p> <p>白菜のぽかぽか汁</p> <p>ごはん</p> <p>577 / 27.5 / 2.1</p> <p>730 / 33.1 / 2.7</p>				
<p>19日~23日は学校給食週間「応援しよう！~冬季オリンピック~」</p>				
<p>19</p> <p>バーニャカウ</p> <p>風</p> <p>白身魚のピザ焼き</p> <p>ごはん</p> <p>572 / 25.5 / 2.2</p> <p>716 / 30.5 / 2.5</p>				
<p>20</p> <p>きくらげの鶏肉の北京ダックソース</p> <p>春雨スープ</p> <p>ごはん</p> <p>600 / 24.8 / 2.6</p> <p>745 / 29.1 / 3.0</p>				
<p>21</p> <p>アメリカンサラダ</p> <p>ジャンバラヤ</p> <p>クラムチャウダー</p> <p>576 / 21.7 / 2.1</p> <p>725 / 25.5 / 2.9</p>				
<p>22</p> <p>バインドポテト&ナッツ</p> <p>サーモンフライのオムソース</p> <p>ごはん</p> <p>623 / 21.7 / 1.8</p> <p>818 / 28.9 / 2.3</p>				
<p>23</p> <p>りんごのカップケーキ</p> <p>寒天</p> <p>スープカレー</p> <p>ごはん</p> <p>656 / 22.9 / 2.2</p> <p>818 / 26.9 / 2.4</p>				
<p>26</p> <p>フルーツきしプリン</p> <p>マーボー丼(麦ごはん)</p> <p>もずく</p> <p>595 / 22.7 / 2.1</p> <p>734 / 26.8 / 2.2</p>				
<p>27</p> <p>ポテトサラダ</p> <p>チーズ風ソーシハンバーグ</p> <p>ごはん</p> <p>625 / 24.7 / 2.2</p> <p>777 / 29.0 / 2.7</p>				
<p>28</p> <p>いき機あえ</p> <p>ぶりの大根のうま煮</p> <p>ごはん</p> <p>593 / 24.7 / 2.0</p> <p>740 / 29.2 / 2.4</p>				
<p>29</p> <p>なっとうあえ</p> <p>揚げ豆腐</p> <p>ごはん</p> <p>576 / 27.8 / 1.9</p> <p>720 / 32.6 / 2.1</p>				
<p>30</p> <p>こまつなのマヨサラダ</p> <p>豚肉のしぐれ煮</p> <p>ごはん</p> <p>587 / 26.5 / 1.7</p> <p>734 / 31.5 / 2.1</p>				

枇杷島小6年生作成献立



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。

知っているかな 学校給食の歴史

学校給食の始まり

日本の学校給食は、明治22年に山形県の私立忠愛小学校において始まったとされています。この給食は、貧しくて生活に困っている子どもたちを対象に無償で出されたものでした。現在は、子どもたちの健康の増進や体位の向上を図ること、そして教材としての役割があります。



脱脂粉乳って何？

脱脂粉乳は、牛乳の脂肪分を除去し、乾燥させて粉にしたものです。現在「スキムミルク」として販売されています。学校給食は戦時中一時中断となりましたが、太平洋戦争後、食料不足で苦しむ子どもたちのためにアメリカなどからの脱脂粉乳などの援助物資を受けて再開することができました。



学校給食は栄養士が献立を考えて、調理員さんが給食をつくります。また、使われる食材は農家さんや漁師さん、畜産農家さんなどの生産者が育てたりとったりしたものを運送業者さんが運びます。このように多くの人のおかげで、学校給食はみなさんのもとに届けられているのです。



枇杷島小学校6年生が考えた献立が登場！

枇杷島小学校の6年生が冬にぴったりの給食の献立を考えました。給食で人気のメニューです。お楽しみに♪

◆1/27 枇杷島小6年生の献立◆

- ごはん
- チーズ風ソースインハンバーグ
- ポテトサラダ
- 豚汁
- 牛乳



1月の食材料表



◇給食だよりは市のHPでもご覧になれます。検索:柏崎市HPトップ画面>子育て・教育>教育>学校給食>学校給食だより

2026年 1月 柏崎市南部地区学校給食共同調理場

日	曜	はたらき					
		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・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	木	ふた肉、とうにゅう	牛乳、スキムミルク、チーズ	にんじん	にんにく、しょうが、たまねぎ、こんにゃく、キャベツ、きゅうり、コーン	米、むぎ、さとう、じゃがいも、ゼリー、プリンのもと	油、カレールウ
9	金	とり肉、ふた肉、だいず、みそ、あぶらあげ	牛乳	にんじん、こまつな	ねぎ、しょうが、きりぼしだいこん、きゅうり、しいたけ、はくさい、ごぼう	米、パンこ、かたくりこ、さとう、しらたまだんご	ごま
13	火	ふた肉、だいず、たまご、とうふ、とうにゅう、みそ	牛乳、きわかめ	にんじん、さやいんげん、チンゲンサイ	しょうが、はくさい、しめじ、しらたき、ねぎ、みかん	米、むぎ、さとう	ごま油
14	水	メルルーサ、ウィンナー、いんげんまめ	牛乳	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	パン、こむぎこ、パンこ、じゃがいも、さとう	油、オリーブ油
15	木	ふた肉、あつあげ、みそ、たまご	牛乳、ちりめん	にんじん、こまつな、にら、チンゲンサイ	にんにく、キムチ、ねぎ、きりぼしだいこん、キャベツ、たまねぎ、えのきだけ、コーン	米、さとう、かたくりこ	ごま油、ごま
16	金	さば、ハム、ふた肉、あぶらあげ、だいず、みそ	牛乳、ひじき	にんじん、こまつな	ねぎ、しょうが、にんにく、もやし、きゅうり、コーン、はくさい、えのきだけ	米、さとう、じゃがいも	ごま油、ごま、油
19	月	メルルーサ、とうにゅう、みそ、ベーコン、だいず、ミックスビーンズ	牛乳、チーズ	ブロッコリー、にんじん	たまねぎ、カリフラワー、きゅうり、コーン、にんにく、キャベツ	米、じゃがいも、マカロニ	油、オリーブ油、ノンエッグマヨネーズ
20	火	とり肉、あつあげ、たまご、ふた肉	牛乳	にんじん、こまつな、チンゲンサイ	しょうが、きくらげ、もやし、はくさい、えのきだけ	米、はちみつ、さとう、かたくりこ、はるさめ	ごま油、油
21	水	ウィンナー、ベーコン、とり肉、あさり	牛乳、スキムミルク	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、レモン	米、ポテトチップス、じゃがいも	油、ベシメルソース
22	木	鮭フライ、ふた肉	牛乳	にんじん、ブロッコリー	にんにく、たまねぎ、キャベツ	米、さとう、じゃがいも	油、オリーブ油、アーモンド、ノンエッグマヨネーズ
23	金	とり肉、ハム、とうにゅう	牛乳、海藻、かんてん	にんじん、かぼちゃ、トマト、さやいんげん	たまねぎ、れんこん、にんにく、しょうが、だいこん、きゅうり、コーン、りんご	米、さとう、じゃがいも、ホットケーキミックス	油、カレールウ、ごま油、乳不使用マーガリン
26	月	ふた肉、とうふ、みそ、たまご	牛乳、もずく	にんじん、にら、ほうれんそう	にんにく、しょうが、たまねぎ、だけのこ、しいたけ、もやし、えのきだけ	米、むぎ、さとう、かたくりこ、フルーツ杏仁風プリン	油、ごま油
27	火	チーズ風ソースインハンバーグ、ハム、ふた肉、とうふ、みそ、だいず	牛乳	にんじん	キャベツ、きゅうり、コーン、だいこん、たまねぎ、ごぼう、つきこん	米、さとう、じゃがいも	ノンエッグマヨネーズ
28	水	ぶり、とうふ、みそ、だいず	牛乳、のり、わかめ	にんじん、こまつな、さやいんげん	しょうが、だいこん、キャベツ、コーン、たまねぎ、えのきだけ	米、かたくりこ、さとう、じゃがいも	油
29	木	とうふ、とり肉、たまご、なっとう	牛乳	こまつな、にんじん	たまねぎ、しいたけ、たくあん、キャベツ、つきこん、ねぎ	米、さとう、かたくりこ、じゃがいも	油、ごま、ごま油
30	金	ふた肉、ハム、とうふ	牛乳、ひじき、しらすぼし	こまつな、にんじん	しょうが、ごぼう、キャベツ、コーン、はくさい、えのきだけ、ねぎ、だいこん	米、さとう、かたくりこ	油、ごま、ノンエッグマヨネーズ