

2025年度

1月 給食だより

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。

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



給食週間 今年のテーマ



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、今年の給食週間では、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



19日 イタリア

★1956年
コルティナ・ダンベツォ
★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、ミラノでは夏冬通じ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。新潟県出身の選手も大活躍！



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 ソルトレイクシティ

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年はソルトレイクシティで開催予定。



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。クロスカントリー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。



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。日本人初の釜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。

1月 こんだて表

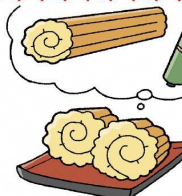
月	火	水	木	金
1/16 18月 ばくもぐランチ 白菜 ほかほか汁 旬の白菜がたっぷり、酒かすもちょっぴり入って、体が温まるお汁です！	1/21 大洲小学校 リクエスト給食 大洲小学校の5、6年生のみなさんが授業で、栄養バランスや旬の食材、彩り、みんながおいしく食べられるもの、などに気を付けて考えました。お楽しみに♪	8 きりぼしと切干大根のこもく五目なます まつかぜや松風焼き ごはん さくはく紅白煮 655/277/21 816/329/25 はまなす欠履	9 ミニ洋梨 じゃこサラダ ハヤシライス(愛ごはん) 600/185/23 747/222/29	
*献立は都合により変更させていただく可能性があります。ご了承ください。	13 かかマヨあえ ちくわの二色あじ ごはん スキー汁	14 大豆サラダ セサミトースト ほうさい白菜のクリーム煮	15 みかん かみかみさぼろ丼 豆乳 みそなべ	16 ひじきサラダ さばの香味焼き ごはん 白菜ほかほか汁
小：13時～14時 中：14時～15時 全校欠履の学校・行事など	595/215/17 761/262/21	628/286/26 825/357/36	660/302/22 817/360/24	583/275/21 735/331/27 はくもぐランチ

19日～23日は学校給食週間「応援しよう！冬季オリンピック」

19	20	21	22	23
バーニカウ ダ風サラダ ごはん 584/260/24 730/312/28 イタリア	白身魚の ピザ焼き ごはん 587/232/23 732/275/27 中国	鶏肉の 北京ダック ソース ジャンバラヤ クラム チャウダー 578/218/21 728/256/29 アメリカ	サーモン フライの オーロラ ソース ごはん 671/256/21 847/317/22 ブルガリア	りんご カップケーキ かんてん サラダ ごはん 622/231/20 824/271/23 日本(札幌・長野)
26 きりざい こまつなの そばろ炒め ごはん 560/252/20 703/296/28	27 手作り みかんゼリー こんにやく サラダ チャーハン ワンタン スープ 575/214/22 731/253/27 大洲ハイクエスト献立	28 だいこん 大根 オープン オムレツ ごはん ミネスト ローネ 594/256/26 745/301/30	29 もやし 中華あえ チリソース ごはん 中華 スープ 623/285/19 778/335/25 米山欠履	30 のり ナッツあえ ごはん ふりと 大根の うま煮 620/254/20 771/302/24 はまなす欠履

学問への願いを込めた「だて巻き」

正月に食べるおせち料理には料理や食材によってさまざまな意味が込められています。だて巻きはおせち料理の一つで、その形は巻物に見立てられていて、「学問がよくできるように」との願いが込められているといわれています。





1月の給食目標 感謝して食べよう

毎日おいしく給食が食べられるのは、たくさんの人に支えられているからです。どんな人たちが支えてくれているのかを考えてみましょう。

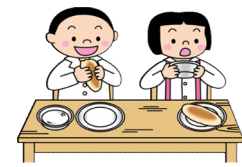
～想像してみよう 給食を支える人々～



おいしい給食が食べられるのは、農家さん、漁師さん、食べ物を運ぶ人、栄養士や調理員さん、そして働いてくれる家の人など、多くの人に支えられているからです。感謝の気持ちを持って食事のあいさつをし、残さず食べるようにしましょう。

★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。

トマトシチュー



1月食材料表



働き	からだ	あか	からだ	ちようし	ととの	みどり	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	とうふ たまご さかな にく	ぎゅうにゅう にゅうせいひん 牛乳・乳製品・こじかな 小魚・海そう	りようおうしよくやさい 緑黄色野菜	た やさい くだもの その他の野菜・果物	こめ 米・パン・めん・いも・砂糖	ゆし 油脂	
8 木	とり肉、ぶた肉、だいず、みそ、あぶらあげ	牛乳	にんじん、こまつな	ねぎ、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	
9 金	ぶた肉	牛乳、ちりめん	にんじん、トマト、こまつな	たまねぎ、しめじ、グリーンピース、キャベツ、コーン	米、むぎ、じゃがいも、さとう、ゼリー	油、ハヤシルウ、デミグラスソース、ごま油	
13 火	ちくわ、かつおぶし、ぶた肉、とうふ、みそ	牛乳、あおのり	こまつな、にんじん	もやし、コーン、だいこん、ごぼう、つきこん、ねぎ	米、こむぎこ、こめこ、さつまいも	油、ノンエッグマヨネーズ	
14 水	だいず、ツナ、とり肉	牛乳、スキムミルク	にんじん、ブロッコリー	キャベツ、きゅうり、えだまめ、はくさい、たまねぎ、コーン	パン、さとう、じゃがいも	乳不使用マーガリン、ごま、油、ベシメルソース	
15 木	ぶた肉、だいず、たまご、とうふ、とうにゅう、みそ	牛乳、くきわかめ	にんじん、さやいんげん、チンゲンサイ	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	
16 金	さば、ハム、ぶた肉、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、キャベツ、きゅうり、コーン、はくさい、えのきたけ	米、さとう、じゃがいも、酒かす	ごま油、ごま、油	
19 月	たら、とうにゅう、みそ、ベーコン、だいず、ミックスピーンズ	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、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、ぶた肉	牛乳	にんじん、チンゲンサイ、こまつな	きくらげ、もやし、はくさい、えのきたけ	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、キャベツ、きゅうり、レモン汁	米、ポテトチップス、じゃがいも	油、ベシメルソース	
22 木	さけ、ぶた肉	牛乳	にんじん、ブロッコリー	たまねぎ、キャベツ	米、こむぎこ、パンこ、さとう、じゃがいも	油、ノンエッグマヨネーズ、オリーブ油、アーモンド	
23 金	とり肉、ツナ、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、りんご、だいこん、きゅうり、コーン	米、じゃがいも、ホットケーキミックス、さとう	油、カレールウ、ごま油、乳不使用マーガリン	
26 月	なっとう、ぶた肉、たら、とうふ、みそ、だいず	牛乳	のざわなづけ、にんじん、こまつな	たくあん、たまねぎ、ごぼう、だいこん、はくさい、ねぎ	米、はるさめ、さとう、じゃがいも、酒かす	ごま、油、ごま油	
27 火	ぶた肉	牛乳、わかめ	にんじん、ブロッコリー、にら	ねぎ、しいたけ、グリーンピース、こんにゃく、キャベツ、コーン、もやし、はくさい、メンマ、みかん	米、さとう、ワントン、ゼリーもと	油、ごま油	
28 水	とり肉、たまご、ハム、ベーコン、いんげんまめ	牛乳、チーズ、わかめ	ほうれんそう、にんじん、トマト	たまねぎ、だいこん、きゅうり、セロリ、キャベツ	米、さとう、じゃがいも	油、オリーブ油	
29 木	とり肉、レバー、だいず、ツナ、ぶた肉、とうふ	牛乳	こまつな、にんじん	たまねぎ、もやし、キャベツ、コーン、えのきたけ	米、かたくりこ、さとう	油、ごま油、ごま	
30 金	ぶり、とうふ、みそ、だいず	牛乳、のり、わかめ	にんじん、さやいんげん、こまつな	だいこん、キャベツ、コーン、たまねぎ、えのきたけ	米、かたくりこ、さとう、じゃがいも	油、アーモンド	