

給食だより 1月

令和5年度

勝浦町学校給食センター



1月24日から30日は
全国学校給食週間

明治22年の献立



おにぎり、塩さけ、
菜の漬物

全国学校給食週間は、学校給食の意義や役割などについて多くの方に知ってもらい、学校給食の充実と発展を図ることを目的として定められました。

日本の学校給食の起源は、明治22年に貧しい子どもたちを対象に昼食を無償で提供したものであるといわれています。現在では、栄養バランスのとれた豊かな献立で、子どもたちの健康や成長を支えています。また、地域の地場産物や食文化なども学ぶことができます。

徳島県の郷土料理、いくつか知っていますか？

徳島県の代表的な郷土料理を紹介します。

- ぼうぜの寿司 ○あめごのひらら焼き ○いももち
- おみいさん ○出世いも ○ずきがし ○そうめんのふし汁
- そば米雑炊 ○れんぶ ○たらいうどん ○でこまわし
- ならえ ○ばらずし ○ゆべし

(問題) 勝浦川流域に伝わる郷土料理があります。

さて、それは何という料理でしょうか？

※答えは、献立表の下



QRコードを読み込んで、とくしまの食育応援団「徳島の郷土料理」をチェックしてみようね！

全国学校給食週間中の献立紹介

24日…特産物いろいろ「れんこん」「きゅうり」「しいたけ」「ほうれんそう」

25日…徳島県産のぼうぜを使った「ぼうぜのフライ」と徳島県の郷土料理「ならあえ(ならえ)」

26日…今が旬の徳島の産物をたくさん使った「あわのめぐみシチュー」
「さつまいも」「かぶ」「はくさい」「しいたけ」「ほうれんそう」「米粉」

29日…徳島県の郷土料理「ばらずし」 ※都合により金時豆はなし

徳島県の郷土料理「ふしめんじる」 ※半田そうめんのふしめん

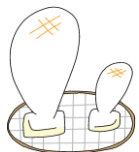
30日…特産物いろいろ「ゆず」「こまつな」「ちりめん」「かつうらのみかん」



1月分学校給食予定献立表

| 日 (曜) | こ ん だ て 名 | | | 加 ^(kcal) たんぱく ^(g) しほう ^(g) | 血・骨・肉になる食品 | 体の調子を良くする食品 | エネルギーになる食品 |
|-----------|------------------------|----|---|--|---|--|--|
| | 主食 | 牛乳 | おかず | | | | |
| 9 (火) | ハヤシライス | 牛乳 | ツナサラダ | 637 25.1 21.3 | 牛乳 ぎゅうにく ぶた にく ツナ | たまねぎ にんじん ぶな しめじ えだまめ にんに く トマトビュレ きゆ うり キャベツ | こめ じゃがいも あかワイン なまクリーム あぶら 和風 ドレッシング(ゆずかつお) |
| 10 (水) | ごはん のりつくだに | 牛乳 | かぼちゃとあつあげのそぼろに きりぼしだいこんのさんばいす | 635 24.2 17.8 | 牛乳 のりつくだに ぶ だにく 厚揚げ さつま あげ わかめ ちりめん | かぼちゃ たまねぎ えだ まめ しょうが だいこん きゅうり にんじん | こめ さとう あぶら 白ごま |
| 11 (木) | ごはん | 牛乳 | だんごじる いわしのしょうがに アーモンドあえ | 623 25.9 18.0 | 牛乳 とりにく みそ いわし | にんじん ごぼう だい こん しいたけ 葉ねぎ キャベツ こまつな | こめ いももち さとう アーモンド |
| 12 (金) | きなこあげパン | 牛乳 | おしむぎいりスープ アンサンブルエッグ キャンディチーズ | 721 28.0 34.4 | 牛乳 きなこ ぶたにく ベーコン アンサンブ ルエッグ チーズ | たまねぎ にんじん キャベツ ほうれんそう | コッペパン さとう あ ぶら おしむぎ |
| 15 (月) | ごはん | 牛乳 | ぶたとだいこんのもの ひじきのすだちすあえ | 604 24.8 19.9 | 牛乳 ぶたにく ひじき ちくわ ちりめん | だいこん にんじん こん にやく えだまめ しょう が きゅうり すだち | こめ あぶら さとう 白ごま |
| 16 (火) | ごはん | 牛乳 | くきわかめのきんぴら さわらのしおやき こまつなのごまあえ | 617 29.0 20.4 | 牛乳 ぶたにく くきわ かめ さつまあげ さわ ら | ごぼう にんじん こん にやく えだまめ こま つな キャベツ | こめ 白ごま さとう ごま油 白ごま |
| 17 (水) | ごはん | 牛乳 | まあぼうどうふ あわっこナムル | 614 27.3 21.2 | 牛乳 とうふ ぶたにく みそ ハム わかめ | たまねぎ にんじん たけのこ ほししいたけ 葉ねぎ しよ うが にんにく きゅうり こ まつな すだち | こめ あぶら さとう でんぶん ごま油 |
| 18 (木) | ごはん せとふうみふり かけ | 牛乳 | やさいたつぶりすましじる あまからとりごぼう | 648 28.2 20.7 | 牛乳 とうふ あぶらあ げ かつお こんぶ と りにく | しいたけ にんじん は くさい こまつな ごほ う | こめ でんぶん あぶら さとう 白ごま |
| 19 (金) | コッペパン ブルーベリー ジャム | 牛乳 | ポークビーンズ フロッコリーのサラダ | 645 32.3 24.8 | 牛乳 ぶたにく ベーコ ン だいす | たまねぎ にんじん グ リンピース トマト フ ロッコリー キャベツ | コッペパン ジャム じゃ がいも バター さとう なまクリーム ドレッシン グ |
| 22 (月) | ごはん しそひじき | 牛乳 | とうふとわかめのみそじる かきあげ くらざとうまめ | 618 24.8 20.0 | 牛乳 ひじき とうふ あ ぶらあげ わかめ みそ いか ちくわ くごさとう まめ | にんじん たまねぎ ぶ なしめじ 葉ねぎ えだ まめ | こめ さつまいも あぶ ら |
| 23 (火) | むぎごはん | 牛乳 | ぶたキムチいため やきぎょうざ ミニトマ ト | 671 25.5 23.0 | 牛乳 ぶたにく ぎょう ざ | きむち にんじん たま ねぎ なら きくらげ にんにく トマト | こめ おしむぎ ごま油 さとう |
| 24 (水) | ふゆやさいのカ レー | 牛乳 | れんこんサラダ ふくしんづけ | 634 25.1 15.3 | 牛乳 とりにく | たまねぎ にんじん だいこん しいたけ ほうれんそう に んにく トマト れんこん きゅうり コーン ふくしんづ け | こめ じゃがいも あぶ ら さとう ごま油 |
| 25 (木) | ごはん | 牛乳 | かきたまじる ほうぜのフライ ならあ え | 607 24.8 19.2 | 牛乳 とうふ かまぼこ わかめ ★たまご こんぶ かつお ほうぜのフライ あぶらあげ | にんじん たまねぎ えの きたけ 葉ねぎ ほししい たけ だいこん れんこん | こめ でんぶん あぶら さとう 白ごま |
| 26 (金) | コッペパン | 牛乳 | あわのめくみシチュー ポイルキャベツ いわしいりハンバーグ しこくゼリー | 633 25.0 19.5 | 牛乳 とりにく ベーコ ン とうにゅう いわし いりハンバーグ | にんじん かぶ はくさ い しいたけ ほうれん そう キャベツ | コッペパン さつまいも こめこ バター しこ くゼリー |
| 29 (月) | ばらすし | 牛乳 | ふしめんじる イカのでんぶら | 648 22.3 20.9 | 牛乳 ちくわ こうやどう ふ ★たまご かまぼこ あぶらあげ わかめ いか | ゆず れんこん にんじん だ いこん こんにゃく ほししい たけ えだまめ たまねぎ ぶ なしめじ 葉ねぎ | こめ さとう ふしめん あぶら |
| 30 (火) | ごはん | 牛乳 | ゆずみそおでん じゃこあえ かつうらのみかん | 642 28.0 15.1 | 牛乳 とりにく 厚揚げ ちくわ みそ ちりめ ん | こんにゃく だいこん にんじん ゆず こまつ な もやし みかん | こめ さといも さとう ごま油 白ごま |
| 31 (水) | ごはん | 牛乳 | ぶたのしょうがやき キャベツともやしのごま すあえ | 622 24.4 21.7 | 牛乳 ぶたにく | たまねぎ にんじん ピーマン しょうが キャベツ もやし すだ ち | こめ さとう あぶら 白ごま |

※ 栄養価は小学校(中学年)の摂取基準量に基づいております。材料購入、その他理由における変更をご了承ください。



答え:「^{あゆ}鮎ろうすい」 『^{とくしま}徳島の^{きょうどりょうり}郷土料理』に掲載されています。