



# 1月給食だより



令和7年 1月  
巨理町立学校給食センター

新年あけましておめでとうございます。今年度も、残すところあと3か月となりました。引き続き、毎日の給食時間が待ち遠しくなるような、魅力ある給食作りに努めていきたいと思ひます。

本年もよろしくお願ひ致します。



## 1月24日～30日は、全国学校給食週間です！

日本の学校給食は、明治22年、山形県鶴岡町（現：鶴岡市）の私立忠愛小学校で提供されたのが始まりとされています。その後、各地に広まったものの、戦争による食料不足で中断されてしまいました。

戦後、子どもたちの栄養不足を改善するため、昭和21年にアメリカの支援団体「LARA（アジア救済公認団体）」から、給食用物資の寄贈を受けて、翌年1月から学校給食が再開されることになりました。昭和21年12月24日に、東京都内の小学校で給食用物資の贈呈式が行われたことから、この日を「学校給食感謝の日」としましたが、昭和25年度からは、冬季休業と重ならない1月24日～30日までの1週間を「全国学校給食週間」とすることが定められました。

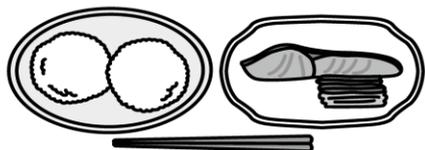


全国学校給食週間を通して、学校給食の意義や役割などを皆さんに知ってもらい、学校給食についてあらためて考える機会にしてほしいと思ひます。

### 学校給食の移り変わりを見てみよう！



#### 明治22年



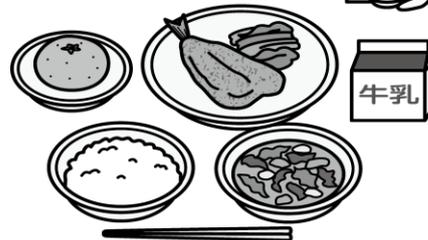
私立忠愛小学校で提供されたとされる給食。

#### 戦後（昭和20～30年代）



支援物資の脱脂粉乳や缶詰、小麦粉などを使った給食。

#### 現在



地域でとれる旬の食材を取り入れ、郷土料理や行事食、世界の料理など、食育の教材となる給食。

### 巨理町立学校給食センターについて



昭和48年9月給食提供開始  
当時の献立例：パン・牛乳・すき焼き風煮・みかん



大きな釜で、大きなへらを使ってかき混ぜるなどの作業を行います。この釜で、約千人分のみそ汁を作ることができます。



現在の献立例：ごはん・牛乳・納豆・こくすうめん汁・巨理のいちご

#### 〇1月分給食費口座振替予定額（1食単価×予定回数）

- ・巨理小学校（16回）：4,592円
  - ・荒浜小学校（16回）：4,592円
  - ・吉田小学校（16回）：4,592円
  - ・長瀬小学校（15回）：4,305円
  - ・逢隈小学校（15回）：4,305円
  - ・高屋小学校（16回）：4,592円
  - ・巨理中学校（16回）：5,376円
  - ・荒浜中学校（15回）：5,040円
  - ・吉田中学校（15回）：5,040円
  - ・逢隈中学校（15回）：5,040円
- ※口座振替額は、各学校・学年で喫食回数により変わることがあります。

〇1月分の口座振替日は、2月28日（金）です。

口座残高をご確認いただき、不足の場合には前日までにご入金をお願いいたします。



# 1月 予定献立表

\*牛乳は毎日つきます  
\*○は栄養強化米入りです

月	火	水	木	金
月平均栄養価	小学校 (3・4年)	中学校	9	10
エネルギー (kcal)	633	786	麦ごはん ポークカレー フレンチサラダ フルーツのゼリー和え	ごはん ぶりフライソースがけ ゆかり和え お雑煮
たんぱく質 (g)	26.1	30.9		
脂質 (g)	20.0	22.9		
塩分 (g)	2.5	3.0		
		* は給食のない学校です。 (変更になっている場合があります。学校により等でもご確認ください。) *太文字は巨理町の食材を使用した献立です。 * はスプーンのつく献立です。	エネルギー 674 たんぱく質 21.4 脂質 17.3 塩分 1.9	エネルギー 828 たんぱく質 25.2 脂質 19.4 塩分 2.4
			エネルギー 675 たんぱく質 26.5 脂質 20.0 塩分 1.9	エネルギー 800 たんぱく質 29.6 脂質 20.6 塩分 2.4

13 成人の日		14		15		16		17 学校給食週間(17日~)			
ごはん ささみフライ (Pソース) 豚肉とたけのこの炒め物 わかめとじゃが芋のみそ汁 (豆腐・油揚げ・みそ)		ごはん ソフパン ★ジャージャー麺 (★麺 ★具) ポイル野菜(P青じそトレッタ) りんごヨーグルト 荒小5年・巨中3年 逢中		ごはん のりふりかけ 卵焼き りっちゃんのサラダ 豚汁(豆腐・みそ)		ごはん モウカザメのかば焼き ひじきの炒め煮(油揚げ) キムチスープ (春菊・豆腐・みそ)					
エネルギー	610	756	エネルギー	643	830	エネルギー	583	719	エネルギー	599	744
たんぱく質	29.2	34.6	たんぱく質	25.8	31.7	たんぱく質	25.3	30.0	たんぱく質	25.0	30.0
脂質	18.4	20.9	脂質	21.2	25.5	脂質	16.2	18.1	脂質	16.9	19.0
塩分	2.0	2.2	塩分	2.6	3.4	塩分	2.3	2.6	塩分	3.0	3.4

学校給食週間(~23日) ※本来は24日~30日ですが、休みの学校がない日にずらしています。

20		21		22		23		24			
わかめごはん 揚げギョーザ チンジャオロースー 野菜スープ 冷凍クレープ(みかん)		ごはん あらはまのり 宮城県産銀鮭の塩焼き こくず(生揚げ) 油麩のみそ汁 (豆腐・みそ)		メロンパン 鶏肉のレモン煮 ポイル野菜 (P香ごまトレッタ) コーン卵スープ		ごはん 納豆 おでん ほうれん草のおひたし (春菊) 夏蓮のいちご		ごはん つくね照り焼きソース ポテトサラダ 白菜のみそ汁 (豆腐・油揚げ・みそ) 長小・逢小			
エネルギー	700	861	エネルギー	590	737	エネルギー	611	737	エネルギー	645	776
たんぱく質	23.7	28.2	たんぱく質	29.7	34.9	たんぱく質	27.8	31.8	たんぱく質	24.5	27.8
脂質	23.1	26.3	脂質	17.8	20.5	脂質	17.0	18.6	脂質	21.2	23.2
塩分	2.6	3.2	塩分	2.5	2.9	塩分	2.5	2.8	塩分	3.0	3.3

27		28		29		30		31			
ごはん ツナそぼろ 茎わかめの五目炒め 中華スープ 野菜ゼリー		ごはん おろしハンバーグ じゃが芋と大豆のソテー キャベツと油揚げのみそ汁 (豆腐・油揚げ・みそ)		米粉フォカッチャ かぼちゃコロック カラフルソテー クリームスパゲティ		ごはん シューマイ 海藻サラダ 豆腐の中華煮(豆腐)		ごはん さばのみそ煮 小松菜のおかか和え 沢烹楠(油揚げ)			
エネルギー	597	734	エネルギー	660	816	エネルギー	611	788	エネルギー	609	782
たんぱく質	24.5	28.6	たんぱく質	26.8	31.4	たんぱく質	25.6	31.9	たんぱく質	27.8	34.5
脂質	15.4	16.9	脂質	22.5	25.5	脂質	18.4	22.3	脂質	19.2	23.5
塩分	2.6	3.2	塩分	2.3	2.7	塩分	2.0	2.6	塩分	2.4	2.7

巨理町の学校給食週間・1月17日(金) ~ 23日(木)

1月17日(金)	1月20日(月)	1月21日(火)	1月22日(水)	1月23日(木)
宮城・巨理の食材献立	荒浜小学校リクエスト献立	巨理の郷土料理&巨理の食材献立	吉田小学校リクエスト献立	宮城・巨理の食材献立
宮城県はサメの水揚げ量の9割を占めています。最近学校給食では定番になってきた、モウカザメを使ったメニューは人気があります。他のサメと比べて、クセが少なく、あっさりとした味で、どんな味付にも合わせることができます。魚の価格が高騰していますが、価格もお手頃なので、お店で見かけたらご家庭でもおすすです。宮城県ならではの食材を味わっていただきます。	★テーマ ：「中華料理」 ★工夫したところ ：「中華とカロリーを考えたところ」 中華料理でそろえてくれました。中華料理はとても人気があります。カロリーも考えてくれていて、今年度初登場の冷凍クレープもありますよ。 荒浜小学校のみなさんが一生懸命考えてくれた献立、楽しみにしてくださいね。	巨理の郷土料理「こくず」は、昔お殿様のために作られた、材料を一口大に切っただしゆ味の煮物です。名前の由来は、庶民に広まるにつれ、残りものの野菜を使って作る節約料理だったため、国の安泰を図るともいわれています。その他にも、町内荒浜産の「焼きのり」、町内のお店で作られた「豆腐・みそ」、県産の「銀鮭・こんやく」、県産米で作られている「油麩」を使用した献立にしています。	★テーマ ：「みんなが好きな給食献立」 ★工夫したところ ：「栄養やカロリーを考えたみんなが好きな献立を入れたところ」 どれも人気のメニューですね。特にメロンパンは、リクエストする学校がとて多かったです。野菜とあっさりとしたスープで栄養のバランスも考えてみてくださいね。 吉田小学校のみなさんが一生懸命考えてくれた献立、楽しみにしてくださいね。	巨理町は、いちご・りんご・はらこめし・ほっきなど有名ですが、春菊も生産量が多く、県内1位の生産量を誇ります。年間を通して生産されています。 給食週間では、ほうれん草のおひたしに少し春菊を入れたり、キムチスープに入れたりしています。少しクセがあるので苦手に感じる人もいるかもしれませんが、成長とともに、だんだんとおいしく感じてくるのでチャレンジしましょう。