

令和7年



学校給食予定献立表

赤磐市立東学校給食センター

日付	献立名	【赤】の食品 おもに体をつくる	【緑】の食品 おもに体の調子を整える	【黄】の食品 おもにエネルギーのもとになる	エネルギー (kcal)	家庭でとりたい食品
8 (水)	★山陽東小学校 わくわく給食★ 塩ラーメン 牛乳 ちくわのマヨネーズ焼き みかんタルト	牛乳 ぶた肉 なると ちくわ	にんにく とうもろこし にんじん 白ねぎ キャベツ	中華めん ノンエッグマヨネーズ みかんタルト	小 686 中 795	いも類
9 (木)	黒糖パン 牛乳 ミートボールのトマト煮 コールスローサラダ	牛乳 あいがも肉 ベーコン とり肉 ラード	にんにく マッシュルーム とうもろこし たまねぎ えだ豆 キャベツ	黒糖パン じゃがいも さとう コールスロー`レッシング`	小 635 中 783	ぎょかいりい 魚介類
10 (金)	★鏡開き献立★ ごはん 牛乳 ぶりのカレーソースあえ 白玉雑煮 しそひじきつくだ煮	牛乳 こんぶ ぶり	たまねぎ しめじ にんじん ほうれんそう だいこん	米 でんぶん 白玉だんご 麦 油 さとう	小 760 中 900	くだもの 果物
14 (火)	ビビンバ風 牛乳 チョレギサラダ	牛乳 たまご わかめ 牛肉 みそ のり	しょうが もやし チンゲンサイ にんにく とうもろこし キャベツ	米 油 さとう 麦 さとう	小 618 中 738	きのこ類
15 (水)	ハッシュドビーフめん 牛乳 パプリカサラダ 豆乳プリンタルト	牛乳 牛肉	にんにく マッシュルーム カラｰピーマン にんじん グリーンピース レモン果汁 たまねぎ キャベツ	ソフトめん 油 さとう アレルギーフリーハヤシルウ 豆乳プリンタルト	小 756 中 884	だいず 大豆・ だいずせいひん 大豆製品
16 (木)	コッペパン 牛乳 てり焼きハンバーグ そえ野菜 オニオンスープ	牛乳 とり肉 ぶた肉 ウインナー	たまねぎ にんじん しょうが キャベツ ブロッコリー	コッペパン さとう じゃがいも でんぶん 油	小 636 中 793	たんしょくやくさい 淡色野菜
17 (金)	★磐梨小学校 わくわく給食★ ごはん 牛乳 とんカツ 野菜サラダ みそ汁	牛乳 油あげ わかめ ぶた肉 みそ	きゅうり にんじん キャベツ えのきたけ たまねぎ ねぎ	米 パン粉 油 麦 小麦粉 `ドレッシング`	小 646 中 800	りょくおうしょくやくさい 緑黄色野菜
20 (月)	ごはん 牛乳 牛なべ つぼづけあえ	牛乳 厚あげ 牛肉	たまねぎ こんにやく 白ねぎ ごぼう だいこん はくさい こまつな もやし	米 さとう 麦	小 639 中 763	こぎかな 小魚
21 (火)	★山陽東小学校 わくわく給食★あかいわの日★ ごはん 牛乳 とり肉のマーマレード焼き キャベツと塩こんぶのあえもの だいこんとにんじんのおみそ汁	牛乳 こんぶ みそ とり肉 豆腐 わかめ	にんにく にんじん キャベツ だいこん たまねぎ こまつな	米 マーマレード 麦	小 640 中 754	いも類
22 (水)	しろ 白ごまたんたんうどん 牛乳 ゆかりあえ	牛乳 さつまあげ みそ ぶた肉 油あげ	たまねぎ チンゲンサイ 赤じそ にんじん ブロッコリー だいこん	うどんめん さとう 油 ごま	小 601 中 717	かいそう 海藻
23 (木)	セルフハムサンド 牛乳 かぼちゃのポタージュ	牛乳 とり肉 みそ ハム 豆乳	キャベツ にんじん たまねぎ とうもろこし マッシュルーム かぼちゃ	コッペパン アレルギーフリーホワイトルウ さとう	小 670 中 821	きのこ類
24 (金)	カレーピラフ 牛乳 ホイティの白身魚フライ コンソメスープ ヨーグルト	牛乳 ホキ ヨーグルト ウインナー ベーコン	たまねぎ マッシュルーム えのきたけ カラｰピーマン えだ豆 にんじん とうもろこし	米 でんぶん 油 麦 米粉パン粉 じゃがいも ノンエッグタルタルソース	小 692 中 810	くだもの 果物
27 (月)	ごはん 牛乳 肉じゃが きょうりゅう大好物サラダ 味付けのり	牛乳 油あげ のり ぶた肉 ツナ	たまねぎ えだ豆 きゅうり にんじん キャベツ こんにやく 赤キャベツ	米 さとう ノンエッグマヨネーズ 青じそドレッシング 麦 じゃがいも	小 697 中 836	しゅじつるい 種実類
28 (火)	12日目 ^{にちめ} のそぼろどんぶり 牛乳 きのこのみそ汁 りんご	牛乳 たまご みそ とり肉 厚あげ わかめ	しょうが こんにやく えのきたけ りんご にんじん さやいんげん たまねぎ しめじ ねぎ	米 油 麦 さとう	小 655 中 770	いも類
29 (水)	ソンミのキムチラーメン 牛乳 ナムル コグマタン	牛乳 みそ ぶた肉	しょうが とうもろこし もやし たまねぎ はくさいキムチ チンゲンサイ にんにく	中華めん さつまいも さとう 油	小 700 中 840	ぎょかいりい 魚介類
30 (木)	コッペパン 牛乳 とり肉のハニーソース 星 ^{ほし} 空 ^{ぞら} のもち麦スープ チョコクリーム	牛乳 ベーコン とり肉	にんにく だいこん たまねぎ マッシュルーム こまつな	コッペパン もち麦 はちみつ チョコクリーム	小 670 中 803	こぎかな 小魚
31 (金)	ごはん 牛乳 さばのみぞれかけ とん汁	牛乳 ぶた肉 さば みそ	だいこん こんにやく ねぎ しょうが にんじん こぼう 切り干し大根	米 さとう 油 麦 里いも	小 703 中 833	りょくおうしょくやくさい 緑黄色野菜

今日は全国学校給食週間があります

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年に貧困児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。献立は、おにぎり、塩さけ、菓の漬物だったそうです。現在の学校給食は、栄養バランスが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。感謝をしながら食べましょう。

明治22年の献立



おにぎり、塩さけ、菓の漬物

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年に山形県の私立愛小^{あいせう}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、牛乳の脂肪分を除き、乾燥させて粉にしたものです。現在も「スキムミルク」として販売されています。学校給食は戦争で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、再開することができました。



赤磐市でとれた「米、キャベツ、だいこん、里いも」を使う予定です。

赤磐市の学校給食センターでは、赤磐市産の食材を3品目以上使用した日について【あかいわの日】としています。