

令和8年

1月の予定献立表

※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に裏面の「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。
家庭・学校においても毎日確認してください。



北中城村学校給食共同調理場

TEL：098-935-3545

FAX：098-935-3546

こ ん だ て	あけまして おめでとう！ 	6(火) 3学期始業式 とうもろこし 大根のはちみつ レモン漬け ごはん チキンカレー	7(水) 七草がゆ くだもの 紅芋ムーチャー 沖縄風七草がゆ レンコンと 牛肉炒め	8(木) ベビーチーズ フラワーサラダ なかよしあげパン にんじん スープ	9(金) くだもの 野菜と 多菜包子 厚あげの中華煮 ごはん にら卵スープ
		C 662 P 20.4 F 17.7 C 784 P 23.5 F 19.9	C 500 P 20.8 F 11 C 565 P 23.1 F 11.5	C 673 P 23.3 F 31.1 C 764 P 26 F 34.9	C 666 P 26.5 F 22.6 C 776 P 30.2 F 24.8
こ ん だ て	★1月行事予定★ ・6/火 3学期始業式 ・26/月～30/金 ○中2年欠食(修学旅行) ・27/火～29/木 ○中1年欠食(職場体験) ・26/月～30/金 ○全国学校給食週間	13(火) くだもの きんぴらごぼう 彩り卵やき ごはん もずくのみそ汁	14(水) チョコスコーン 牛丼 油あげと小松菜の (ごはん) みそ汁	15(木) かぼちゃとさつま芋の コロッケ 青菜のゴマあえ ごはん イカと大根のみそ煮	16(金) もも缶 とり肉の スタミナ炒め ゆかりごはん 根菜汁
		C 613 P 25.5 F 16.1 C 723 P 29.8 F 17.7	C 667 P 24.4 F 21 C 794 P 28.6 F 23.8	C 657 P 29.2 F 18.6 C 801 P 35.3 F 21	C 607 P 26.3 F 15.3 C 713 P 30.6 F 16.9
こ ん だ て	19(月) スライスチーズ くだもの タコライス (ごはん) ベジタブル スープ	20(火) ナッツ菓子 回鍋肉 ごはん アーサの すまし汁	21(水) くだもの マグロカツ シークワサーあえ キムタクごはん	22(木) ナン フルーツヨーグルト キーマカレー 野菜とベーコンの スープ	23(金) もものタルト (中1年～2年) キャベツの 塩昆布和え 魚のてりやき 肉じゃが ごはん
		C 664 P 24.8 F 25.2 C 792 P 29 F 29.5	C 733 P 24.8 F 26.6 C 872 P 28.8 F 30.6	C 549 P 24.2 F 21.8 C 634 P 28.2 F 24.5	C 606 P 23 F 26.7 C 726 P 26.5 F 31.3
こ ん だ て	26(月) 全国学校給食週間 黒糖アガラサー 沖縄そば パパイアの 白ゴマあえ	27(火) 全国学校給食週間 べに芋団子 チンゲン菜いため ごはん ソーキ汁	28(水) 全国学校給食週間 ★中3年生プレミアム チキンの から揚げ もものタルト (小学校) 花野菜ソテー 黒糖パン コーンクリーム スープ	29(木) 全国学校給食週間 手作りちんすこう チキナーイリチー ごはん なかみ汁	30(金) 全国学校給食週間 くだもの 豆腐の甘酢あんかけ しょうがごはん アーサと 卵のスープ
		C 595 P 23.6 F 20.4 C 708 P 28 F 22.9	C 645 P 26.5 F 20.5 C 773 P 30.8 F 22.9	C 784 P 28.9 F 34.2 C 844 P 34.1 F 35.7	C 661 P 25.8 F 23.8 C 785 P 30 F 27.3

学校給食について知ろう

学校給食のはじまり



写真：新沼南史先生
小学校があったお寺の境内には、今は記念碑が建てられています(山形県鶴岡市の大智寺)。

明治22(1889)年、山形県鶴岡市(現・鶴岡市)の小学校で、家が貧しくお弁当を持てられない子どもたちのために食事を出したのが日本での学校給食のはじまりです。その後、戦争による食料不足で一時的に中断されてしまったものの、戦後、外国からの援助物資で再開することができました。



学校給食の役割



給食がはじまった当初は、子どもたちへの栄養補給が主な目的でした。しかし現在は、栄養バランスのとれた食事で子どもたちの心身の発達や健康の増進を目指すことはもちろんですが、社会性や協同の精神、自然環境の尊重、勤労を重んずる態度、食文化や社会のしくみについて学ぶ、教育活動の一環として行われています。

リクエスト給食

中学3年生のみなさんは、小学1年生から食べてきた学校給食も残り少なくなってきました。『あの給食がおいしかった』など色々な思い出があると思います。そこで、中学3年生を対象に「もう一度あの給食が食べたい」というリクエスト給食アンケートを実施しました！

1月～3月までの給食にリクエストのあった給食を取り入れています。

★印のついたメニューが、リクエストのあったメニューです。お楽しみに～！！



家族みんなて かせ予防を！

かぜはウイルスに感染することで起こります。手洗いやうがい、人ごみをさける、バランスのよい食事や適度な運動、十分な睡眠・休養を家族で心がけることが大切です。

