



Table with columns: 日曜 (Day/Week), 休みの学校 (School Holiday), 献立名 (Menu Name), 使用材料 (Ingredients), 栄養価 (Nutritional Value). Rows include dates from 10th to 31st with specific menu items like 'バターロールパン' and 'とりにくのごうそうパン'.

月平均栄養価 エネルギー：660Kcal たんぱく質：27.1g 脂質：22.7g 塩分：2.8g

都合により、献立内容を変更することがありますので、ご了承ください。

普通の食事で不足しがちな「カルシウム」「鉄」「食物繊維」などは成長期に欠かせない栄養素です。給食以外の食事においても積極的にとるよう心がけましょう。



1月 今月の給食目標...「給食について考えよう」

新しい年になりました。寒さが一段と厳しくなり、体調を崩しやすい時期です。栄養バランスのとれた食事と十分な睡眠をとって、寒さに負けずに元気に過ごしましょう。さて、1月24日～30日は「全国学校給食週間」です。これを機に身近な給食の役割について知り、考えてみましょう。

食育の日メニュー

11日(水)の食育の日メニューは、「新年お祝いメニュー」です。新しい年が皆さんにとって良い年となるようお願いを込めてつくります。



はしを上手に使う日

20日(金)のはしを上手に使う日のテーマは「はしを上手に使う」です。『味付けのり』をごはんの上にまいて食べましょう。

今月の地場産品

太字の「米・わかめ・梨(すいおうしゅ・ジャム)・ねぎ」は、新鮮でおいしい利府町産を使用する予定です。

1月24日～1月30日は、全国学校給食週間です。

学校給食は、明治22年に山形県鶴岡市の私立忠愛小学校で、お弁当を持って来られない子供たちに、おにぎりと焼き魚、菜の漬物を出したことが始まりとされています。

その後、各地へ広まっていますが、第二次世界大戦のため中断されました。戦後、昭和21年12月24日に学校給食が再開されました。

現在、この日は冬休みに当たるため1ヶ月後の1月24日を「学校給食記念日」1月24日～1月30日を「学校給食週間」としています。

明治22年の献立



おにぎり、塩さけ 菜の漬物

現在の献立



給食は生きた教材

給食の時間では、準備から片づけの実際の活動を繰り返し行うことで、望ましい食習慣と食に関する実践力を身につけることができます。

リクエスト給食

「全国学校給食週間」にちなんで、リクエスト給食を提供します。中学校5年生と、中学校6年生に献立を考えてもらいます。栄養のバランスや彩り、地産地消など、工夫をこらした素晴らしい献立がそろいました。お楽しみに！

23日(月) 利府第三小 K・Nさん

利府の食材をたっぷり使った栄養バランスの良いメニューで、クラスでも大人気です。おいしく食べて下さい。

24日(火) 青山小 M・Fさん

さらいな物でもおいしく食べることができるポタージュとみんなが好きなげんきサラダを入れました。

25日(水) しらかし台小 O・Aさん

和食は美味しく基本的に健康な体になることが出来、そして、栄養のバランスにこだわりのないように入りました。

26日(木) 利府小 H・Mさん

野菜やお肉などの様々な食材を入れて、栄養バランスや彩りを良くしました。みんなが好きそうなものが多いので、ぜひみなさんも食べてください。

27日(金) 利府中 N・Kさん H・Sさん

赤・黄・緑の食材を入れて、バランスが良くなるように工夫しました。人気のある給食だと思っので皆食べてくれると嬉しいです。

30日(月) しらかし台 S・Cさん

利府町産のものを多く選び、地産地消をテーマに考えました。これを機会にちょっと利府町産の食べ物も食べて欲しいです。