

給食だより 1月

2025年(令和7年)
福山市教育委員会
(学校保健課)

学校給食について知ろう

新しい年が始まりました。今年も子どもたちが毎日元気に過ごせるように安心・安全でおいしい給食を提供していきます。

1月24日～30日は、全国学校給食週間です。この機会に、家庭で「学校給食」や「食」について話題にしてみましょう。

1889年(明治22年)

～給食のはじまり～



山形県鶴岡町の小学校で貧しい子どもたちに無償で提供されました。

1942年(昭和17年)頃

～学校給食の中止～

戦争の影響で、食べ物不足、給食が一時中止となりました。

1945年(昭和20年)頃

～ミルク給食開始～



ミルクは、牛乳から脂肪分を取り除いた「脱脂粉乳」でした。

1950年(昭和25年)頃

～完全給食の開始～



アメリカから小麦粉の支援があり、主食はパンでした。

現在

～食育の教材～



学校給食を通じて、食育を推進しています。



福山市学校給食週間



～ばらのまち福山から伝えよう 食の楽しさ 大切さ～



試食会

パネル展

会場	日程	食券販売場所
しんいち市民交流センター	1月24日(金)	1階ロビー
北部市民センター	1月27日(月)	1階市民サロン
西部市民センター	1月28日(火)	1階エントランス
東部市民センター	1月29日(水)	1階市民サロン
かなべ市民交流センター	1月30日(木)	1階エントランスホール

期間: 2025年1月24日(金)～1月30日(木)

※最終日は正午まで

会場: 福山市役所本庁舎、しんいち市民交流センター
西部市民センター、北部市民センター
かなべ市民交流センター、
東部市民センター(※29日まで)



当日正午より試食会の食券を販売します！
1食255円です。※各会場 限定40食



くわしくは福山市ホームページまたは
公式Instagramをご覧ください。⇒



FUKUYAMA_KYUSHOKU

給食では、地場産物(ふくやまSUN・福山市内産・広島県内産)をできるだけ使用します。
(材料欄の太字で書いてある材料が地場産物です。天候等により使用できない場合もあります。)



今月の食塩摂取量

小学校: 1食平均2.0g

中学校: 1食平均2.3g

今月の献立 ※ぎゅうにゅうは、毎日あります。◆は、小学6年生、中学3年生のリクエスト献立です。

日 (曜)	こんだてめい H班校 (北西ブロック)	主 な 材 料			調味料・だし等	エネルギー 100kcal
		(き) 主に熱や力になるもの	(あか) 主に血や肉になるもの	(みどり) 主に体の調子を 整えるもの		
7 (火)	ビビンバ かんこくふうスープ	ごはん あぶら さとう ごまあぶら トック	ぎゅうにゅう ぶたにく あかみそ きんしたまご とりにく わかめ	にんにく にんじん もやし えのきだけ ほうれんそう たまねぎ	トウバンジャン しょうゆ みりん うすくちしょうゆ しお こしょう とりがらスープ	588
8 (水)	ごはん ◆えびのあられあげ だいこんのこんぶあえ ぶたじる	ごはん こむぎこ ごしきあられ パンこ あぶら さといも	ぎゅうにゅう おつきえび しおこんぶ ぶたにく ちゅうみそ	だいこん たまねぎ にんじん ごぼう ねぎ こんにゃく		634
9 (木)	こがたパン せとうちほねぶとパスタ ◆ポテトサラダ ヨーグルト	パン スパゲティ あぶら じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう ベーコン しらすぼし しおこんぶ ロースハム ヨーグルト	たまねぎ しめじ こまつな にんにく にんじん きゅうり	しお こしょう しょうゆ	594
10 (金)	ごはん ふりかけ(てつきょうか) とりにくとさつまいもの あまからに こうはくなます	ごはん さつまいも あぶら さとう 神石産 大豆使用	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ しろみそ しらすぼし	たまねぎ にんじん ごぼう こんにゃく えだまめ だいこん きんときにんじん	みりん しょうゆ いちみつがらし うすくちしょうゆ しお ふりかけ (てつきょうか)	568

「早寝・早起き・朝ごはん」 「地場産物を食卓に」

日 (曜)	こんだてめい H班校 (北西ブロック)	主 な 材 料			調味料・だし等	エネルギー キカロリー
		(き) 主に熱や力になるもの	(あか) 主に血や肉になるもの	(みどり) 主に体の調子を 整えるもの		
14 (火)	◆カレーライス かぶサラダ  米粉を使用した ルウです!	ごはん じゃがいも あぶら バター こめこ さとう	ぎゅうにゅう とりにく まぐろあぶらづけ	にんじん たまねぎ にんにく かぶ みずな	ウスターソース トンカツソース ケチャップ しお しょうゆ す カレーこ こしょう うすくちしょうゆ	584
15 (水)	ごはん ◆ぶりのたつたあげ はくさいのゆかりあえ ◆やかましいみそしる 	ごはん かたくりこ あぶら さつまいも	ぎゅうにゅう ぶり とうふ あぶらあげ わかめ ちゅうみそ	しょうが はくさい にんじん たまねぎ しめじ ねぎ	しょうゆ ゆかり だしiriこ	641
16 (木)	パン ポークビーンズ ブロッコリーサラダ 	パン じゃがいも あぶら さとう	ぎゅうにゅう だいず ぶたにく	たまねぎ にんじん ブロッコリー キャベツ とうもろこし	しお ケチャップ ウスターソース こしょう す	582
17 (金)	ジャンボおにぎり おやこうどん いりな 1月17日は おむすびの日	ごはん うどん あぶら	ぎゅうにゅう おにぎりのり こんぶつくだに とりにく たまご ベーコン	たまねぎ にんじん ほししいたけ ねぎ はくさい こまつな	だしiriこ しょうゆ みりん	555
20 (月)	むぎごはん かんこくのり かいせんチャプチェ ◆ナムル  親善友好都市献立【韓国・浦項市】	むぎごはん さとう あぶら はるさめ ごまあぶら しろごま	ぎゅうにゅう かんこくのり いか ぶたにく	しょうが にんにく にんじん たけのこ たまねぎ もやし チンゲンサイ ほししいたけ ほうれんそう	しょうゆ さけ トウバンジャン ガーリック	573
21 (火)	ごはん さばのみそに ポイルキャベツ しらたまじる 	ごはん さとう しらたまもち	ぎゅうにゅう さば あかみそ とりにく	しょうが キャベツ はくさい えのきだけ たまねぎ にんじん	みりん さけ しょうゆ す しお だしiriこ	589
22 (水)	ごはん ◆マーボーどうふ ◆パンサンスー	ごはん かたくりこ さとう はるさめ しろごま ごまあぶら	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく あかみそ ロースハム	にんじん たまねぎ ほししいたけ ねぎ しょうが にんにく キャベツ きゅうり	しょうゆ トウバンジャン しお す からし	613
23 (木)	こくとうパン はくさいのこめこクリームに ツナサラダ	こくとうパン じゃがいも バター こめこ さとう	ぎゅうにゅう とりにく うすらたまご まぐろあぶらづけ	はくさい にんじん マッシュルーム たまねぎ キャベツ きゅうり もやし とうもろこし	しお こしょう とりがらすー うすくちしょうゆ す	640
24 (金)	ごはん ◆ぶたにくとだいのかりんあげ そえやさい もずくじる 	ごはん かたくりこ あぶら さとう しろごま	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず まめちくわ もずく	しょうが キャベツ にんじん たまねぎ ほししいたけ ねぎ	しょうゆ しお うすくちしょうゆ だしこんぶ けずりぶし	627
27 (月)	ピンゴライス かいそうサラダ ぼんかん  旬の果物	むぎごはん あぶら さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず かいそうミックス まぐろあぶらづけ	たまねぎ にんじん とうもろこし えだまめ にんにく しょうが もやし キャベツ ぼんかん	ピンゴソース しょうゆ しお こしょう す	619
28 (火)	ごはん ぶたにくのしょうがいため だいじょいもいり とりだんごじる さつまいもチップス 福山で作られた 「だいじょいも」を使用	ごはん あぶら さとう さつまいもチップス 福山で作られた 「だいじょいも」を使用	ぎゅうにゅう ぶたにく だいじょいもいり とりだんご	たまねぎ にんじん キャベツ しめじ しょうが ねぎ だいこん ほししいたけ	しょうゆ さけ うすくちしょうゆ だしiriこ しお	568
29 (水)	ごはん ひじきのりつくだに はっすん はくさいのごまあえ  広島の 郷土料理	ごはん さといも あぶら さとう しろごま	ぎゅうにゅう とりにく まめちくわ あつあげ ひじきのり	にんじん こんにゃく れんこん だいこん えだまめ はくさい ほうれんそう	みりん しょうゆ	566
30 (木)	パン しろみざかなのマリネ もちむぎミネストローネ	パン かたくりこ あぶら さとう もちむぎ じゃがいも	ぎゅうにゅう ホキ ベーコン	たまねぎ にんじん キャベツ しめじ パセリ トマトジュース	さけ す しお こしょう ケチャップ とりがらすー	595
31 (金)	ごはん おやこに ガスてんのあえもの  神石産 大豆使用	ごはん じゃがいも あぶら さとう	ぎゅうにゅう たまご とりにく あぶらあげ ガスてん	たまねぎ にんじん さやいんげん もやし こまつな	しょうゆ す しお うすくちしょうゆ	560