

給食だより 1月

2020年(令和2年)
福山市教育委員会
(学校保健課)

今月の給食目標

学校給食について知ろう

福山市 学校給食年表

1947年～
ミルク給食(脱脂粉乳)を開始

1951年～
完全給食を開始
(ミルク・パン・おかず)

1965年～
脱脂粉乳から牛乳に変わる

1985年～
はしの導入
米飯給食を開始

1990年～
全市に週2回米飯給食を導入

1997年～
食物アレルギー対応を開始

1999年～
選択メニューを開始
強化磁器食器を導入

2002年～
米飯給食が週3回に移行

2009年～
牛乳容器が瓶から紙パックへ移行

2010年～
地域別献立を開始
米飯給食を週4回に移行

2016年9月～
中学校給食の拡充

新しい年が始まりました。今年も子どもたちの健やかな成長と健康を願い、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日までの1週間は、全国学校給食週間です。この機会に、ご家庭でも学校給食について話題にしてみませんか。

第27回 学校給食週間

パネル展・試食会のご案内

テーマ：【体と心を育てる学校給食】

～伝えようふるさとの味 つなげよう食育の輪～

内容：食育の取り組み・子ども料理教室の様子・食育クイズ など

場 所	パネル展会場	パネル展 開催期間	試食会日程	食数
福山市役所	1階 市民ホール	1月23日(木)～28日(火)	1月23日(木) 1月24日(金)	各80食
かなべ市民交流センター	1階 エントランスホール	1月23日(木)～29日(水)		
北部市民センター	1階 市民サロン		1月29日(水)	40食
東部市民センター	1階 市民サロン	1月23日(木)～27日(月)	1月27日(月)	40食
西部市民センター	1階 サロン	1月23日(木)～28日(火)	1月28日(火)	40食
沼隈支所	2階 ロビー	1月23日(木)～29日(水)	1月29日(水)	30食
新市支所	1階 ロビー	1月23日(木)～29日(水)	1月28日(火)	40食



パネル展・試食会の
詳細は、こちらから

当日正午よりパネル展会場で試食会の
食券を販売します。1食255円です。

福山市 学校給食 検索



今月の食塩摂取量

小学校：1食平均2.2g

中学校：1食平均2.6g

減塩



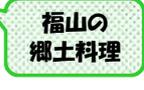
給食では、地場産物(ふくやまSUN・福山市内産・広島県内産)をできるだけ使用します。
(材料欄の太字で書いてある材料が地場産物です。天候等により使用できない場合もあります。)

今月の献立 ※ぎょうにゅうは、毎日あります

◆今年度卒業する児童生徒のリクエスト献立です

日 (曜)	こんだてめい B班校 (中央ブロック)	主 な 材 料			調味料・だし等	E値* - キカロリ-
		(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)	ごはん にしめ こうはくなます くろまめ	ごはん さとう しろごま <small>神石産の大豆を使用</small>	ぎょうにゅう あつあげ とりにく まめちくわ こんぶ しらすぼし くろまめ	ごぼう こんにゃく さやいんげん にんじん だいこん きんときにんじん	みりん しょうゆ だししいこ すしお うすくちしょうゆ	592
8 (水)	パン ◆ハンバーグのケチャップソースかけ まめまめホターズスープ	パン さとう じゃがいも しろいんげんまめ	ぎょうにゅう ハンバーグ ウインナー	たまねぎ キャベツ にんじん えだまめ とうもろこし	ウスターソース ケチャップ クリームポタージュ しお こしょう	645
9 (木)	ごはん ひじきのりつくだに ◆えびのあられあげ おんやさい ◆とうふのみそしる	ごはん こむぎこ ごしきあられ パンこ あぶら	ぎょうにゅう おつきえび あぶらあげ ちゅうみそ ひじきのり	キャベツ にんじん たまねぎ しめじ ねぎ	しお こしょう だししいこ	653
10 (金)	ジャンボおにぎり カレーうどん パリパリサラダ <small>おむすびの日 (1月17日)</small> 中央ブロック献立	ごはん うどん あぶら さとう <small>神石産の大豆を使用</small>	ぎょうにゅう おにぎりのり こんぶつくだに あぶらあげ ぶたにく	たまねぎ にんじん ねぎ キャベツ きゅうり たくあんづけ	カレーこ しょうゆ すしお	602
14 (火)	ごはん マーボーひじき バンサンスー	ごはん ごまあぶら さとう かたくりこ はるさめ しろごま	ぎょうにゅう とうふ ぶたにく ひじき あかみそ ローズハム たまご	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 もやし	トウバンジャン しょうゆ すからし	667

「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 B班校 (中央ブロック)	主 な 材 料			調味料・だし等	E補給・ カロリー
		(ぎ) 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		
15 (水)	パン ポークビーンズ フレンチサラダ りんご  旬の果物	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 ロースハム	たまねぎ にんじん キャベツ みずな とうもろこし りんご	しお ケチャップ ウスターソース す こしょう	636
16 (木)	ごはん ぶりのたつたあげ ◆ゆかりづけ  わふうワンタン ぶりかけ※中学校のみ (カルシウムきょうか)	ごはん かたくりこ あぶら ワンタンめん	ぎゅうにゅう ぶり ぶたにく	しょうが キャベツ たまねぎ チンゲンさい はくさい にんじん ほししいたけ	しょうゆ ゆかり うすくちしょうゆ しお こしょう だしりこ ぶりかけ(加減)	677
17 (金)	ごはん かんこくのり かいせんチャブチェ ◆ナムル 親善友好都市献立(韓国 浦項市)	ごはん さとう あぶら はるさめ しろごま ごまあぶら	ぎゅうにゅう えび いか ぶたにく かんこくのり	しょうが にんにく にんじん たけのこ たまねぎ チンゲンさい ほししいたけ ほうれんそう もやし	しょうゆ さけ トウバンジャン ガーリック	600
20 (月)	むぎごはん みそおでん がじつあえ  備後地方の郷土料理	むぎごはん くろさとう さとう しろごま 福山で作られた 「だいじょいも」を使用	ぎゅうにゅう ぎゅうにく こんぶ さつまあげ(だいじょいも) うすらたまご あつあげ ちゅうみそ あかみそ やきあなご	だいこん れんこん こんにゃく ほうれんそう	みりん しょうゆ す	656
21 (火)	ぶたにくとレバーの かりんあげ  せんたく メニュー	かたくりこ あぶら さとう	ぶたにく とりレバー	しょうが	しょうゆ	647
	どりにごと レバーのかりんあげ	かたくりこ あぶら さとう	どりにご とりレバー	しょうが	しょうゆ	637
	ごはん おんやさい はるさめスープ	ごはん はるさめ かたくりこ	ぎゅうにゅう ベーコン	キャベツ にんじん たまねぎ もやし ほししいたけ ねぎ	しお こしょう うすくちしょうゆ	
22 (水)	パン とりごぼうのクリームに まめなサラダ  いちご 旬の果物	パン じゃがいも あぶら こむぎこ バター さとう	ぎゅうにゅう とりにく だいず うすらたまご まぐろあぶらづけ	たまねぎ にんじん ごぼう とうもろこし キャベツ もやし こまつな いちご	しお こしょう とりガラスープ す うすくちしょうゆ	660
23 (木)	◆キムタクごはん おこめんスープ  ほんかん 旬の果物	ごはん あぶら こめこめん	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく	はくさいキムチ はくさい たまねぎ たくあんづけ にんじん チンゲンさい ほししいたけ ほんかん	うすくちしょうゆ しお とりガラスープ	597
24 (金)	ごはん さばのみそに はくさいのゆずあえ  けんちんじる	ごはん さとう あぶら 神石産の 大豆を使用	ぎゅうにゅう さば あかみそ とうふ あぶらあげ	しょうが はくさい ゆず たまねぎ ねぎ だいこん にんじん ごぼう こんにゃく	みりん さけ しょうゆ す うすくちしょうゆ しお だしりこ	606
27 (月)	◆ほうめいしゅカレーライス ◆チーズサラダ 	むぎごはん じゃがいも あぶら バター こむぎこ さとう	ぎゅうにゅう とりにく ロースハム チーズ	にんにく たまねぎ にんじん グリーンピース きゅうり キャベツ 保命酒の酒かすを使用	ウスターソース トンカツソース ケチャップ しお こしょう さけかす カレーこ しょうゆ す	692
28 (火)	まんさい!ひろしまごはん にじゃあ さつまじる  福山の 郷土料理	ごはん あぶら さとう さつまいも	ぎゅうにゅう たこ しらすほし あぶらあげ いりこ とりにく あつあげ ちゅうみそ しろみそ	ひろしまなづけ うめ だいこん こまつな にんじん たまねぎ ごぼう しゅんぎく	うすくちしょうゆ だしりこ	610
29 (水)	こがたこくとうパン だいずいりミートスパゲティ こまつなサラダ  ヨーグルト ふくやま産地消費立	こくとうパン スパゲティ あぶら さとう	ぎゅうにゅう だいず ぎゅうにく ロースハム ひじき ヨーグルト	たまねぎ にんじん マッシュルーム にんにく こまつな もやし とうもろこし	しお こしょう あかワイン ケチャップ ウスターソース トマトピューレ うすくちしょうゆ す からし	668
30 (木)	ごはん かみってる!GoGo!のため かきたまじる  アーモンドいりこ	ごはん ごまあぶら しろごま さとう じゃがいも かたくりこ アーモンドいりこ	ぎゅうにゅう ぶたにく ガステン あかみそ たまご とうふ	ごぼう にんじん こんにゃく えだまめ たまねぎ チンゲンさい	しょうゆ さけ うすくちしょうゆ しお だしりこ	676
31 (金)	ごはん いわしのかばやき  おんやさい ◆わかめのみそしる せつぶんまめ 節分献立	ごはん かたくりこ あぶら さとう しろごま じゃがいも	ぎゅうにゅう いわし とうふ あぶらあげ わかめ ちゅうみそ せつぶんまめ	しょうが キャベツ にんじん たまねぎ しめじ ねぎ	みりん しょうゆ しお だしりこ	733