

給食だより 1月

2023年(令和5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

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。



学校給食の歴史

1889年(明治22年)、山形県鶴岡町(現:鶴岡市)の私立忠愛小学校で貧困児童を対象に無料で実施されたのが、学校給食の始まりといわれています。

1889年
(明治22年)

おにぎり・焼鮭・漬物

1947年
(昭和22年)

みそ汁・脱脂分乳

1950年
(昭和25年)

コップパン
脱脂粉乳・おかず

1965年
(昭和40年)

麺・牛乳・おかず

現在

ご飯・牛乳・おかず

福山市学校給食週間

パネル展

とき：2023年1月27日～29日
ところ：まなびの館ローズコム
給食ができるまでの様子を
写真で紹介しています♪



動画配信

* 学校での食育の取組
* 人気メニューのレシピ紹介 などを
福山市ホームページで1月中旬～掲載
※詳しくは来月の給食だよりをご覧ください

ぜひご家族で
見てね



今月の食塩摂取量
小学校:1食平均1.9g
中学校:1食平均2.3g



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。)



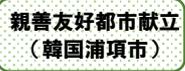
←給食レシピ等はここから！

福山市 学校給食 検索

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 C班校 (北東ブロック)	主な材料			調味料・だし等	Ecalギ- +カカリ-
		(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		
10 (火)	ごはん とりすき がじつあえ 備後地方の郷土料理	ごはん ふ あぶら さとう しろごま	ぎゅうにゅう とりにく やきどうふ やきあなご	にんじん たまねぎ しらたき ごぼう はくさい しろねぎ ほうれんそう きんときになんじん	みりん しょうゆ す	555
11 (水)	ごはん ◆えびのあられあげ こんぶあえ ぶたじる	ごはん こむぎこ パンこ ごしきあられ 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	キャベツ たまねぎ きんときになんじん ごぼう ねぎ こんにゃく	しお こしょう	630
12 (木)	パンパン ◆ポークビーンズ ◆チーズサラダ	パンパン じゃがいも あぶら さとう	ぎゅうにゅう だいたい ぶたにく ロースハム チーズ	たまねぎ にんじん キャベツ ほうれんそう	しお ケチャップ ウスターソース す こしょう	641
13 (金)	むぎごはん みそおでん すのもの	むぎごはん くろざとう さとう	ぎゅうにゅう ぎゅうにく こんぶ うすらたまご さつまあげ ちゅうみそ あかみそ しらすほし わかめ	だいこん れんこん こんにゃく きゅうり きんときになんじん もやし	みりん しょうゆ す しお うすくちしょうゆ	587

「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 C班校 (北東ブロック)	主 な 材 料			調味料・だし等	I初キ- 和加リ-
		(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		
16 (月)	◆キムタクごはん わふうワンタン ぼんかん   旬の果物	ごはん あぶら ワンタンめん	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく	はくさいキムチ たくあんづけ もやし たまねぎ にんじん チンゲンサイ ほししいたけ ぼんかん	うすくちしょうゆ しお こしょう だしiriこ	559
17 (火)	ごはん ◆とりにくのピンゴソース おんやさい ちゃんこじる  北東ブロック献立	ごはん かたくりこ あぶら しらたまもち	ぎゅうにゅう とりにく たら とうふ	キャベツ はくさい だいこん にんじん しゅんぎく しろねぎ	しお こしょう ピンゴソース さけ だしiriこ みりん しょうゆ	656
18 (水)	ジャンボおにぎり ◆おやこうどん いりな	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 かまぼこ (ピンク・しろ) ベーコン あぶらあげ	たまねぎ にんじん ほししいたけ ねぎ もやし チンゲンサイ	だしこんぶ けずりぶし うすくちしょうゆ しょうゆ みりん	576
19 (木)	こがたパン キャベツのソーススパゲティ まめなサラダ プリン  北東ブロック献立	パン スパゲティ あぶら さとう	ぎゅうにゅう だいす プリン ぶたにく あおのり まぐるあぶらづけ	たまねぎ にんじん キャベツ ねぎ もやし こまつな	しお こしょう トンカツソース ウスターソース す うすくちしょうゆ	612
20 (金)	むぎごはん かんこくのり 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 こまあぶら しろこま	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	588
23 (月)	ドライカレー こまつなサラダ	ごはん じゃがいも あぶら さとう こまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく だいす ロースハム ひじき	たまねぎ にんじん えだまめ にんにく こまつな もやし とうもろこし	カレーこ ケチャップ トンカツソース しお す からし うすくちしょうゆ	573
24 (火)	ごはん ぶたにくのしょうがいため ひろしまやさいの ゴロゴロみそスープ ヨーグルト   福山で作られた 「だいじょうも」を使用	ごはん あぶら さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく ちゅうみそ だいじょうもいり とりだんご ヨーグルト	たまねぎ キャベツ にんじん しめじ しょうが だいこん れんこん しろねぎ	しお さけ みりん しょうゆ だしiriこ	615
25 (水)	ごはん ◆マーボーどうふ ◆パンサンスー	ごはん ごまあぶら さとう かたくりこ はるさめ しろこま	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 もやし	しょうゆ トウバンジャン しお す からし	585
26 (木)	パン こめこのクリームシチュー かぶサラダ	パン じゃがいも あぶら こめこ バター さとう	ぎゅうにゅう とりにく うすらたまご まぐるあぶらづけ	にんじん たまねぎ マッシュルーム とうもろこし かぶ	しお こしょう す うすくちしょうゆ	606
27 (金)	ごはん さばのたつたあげ ◆ゆかりづけ かすじる	ごはん かたくりこ あぶら さといも	ぎゅうにゅう さば とりにく あぶらあげ ちゅうみそ しろみそ	しょうが はくさい にんじん だいこん しめじ こんにゃく ねぎ	しょうゆ ゆかり さけかす だしiriこ	641
30 (月)	ごはん あげぎょうざ だいこんのちゅうかあえ みそキムチスープ	ごはん あぶら さとう ごまあぶら はるさめ	ぎゅうにゅう ギョウザ ぶたにく とうふ ちゅうみそ	だいこん にんじん はくさい しめじ ねぎ	しお す さけ うすくちしょうゆ こしょう キムチのもと とりがらスープ	559
31 (火)	ねぎしおぶたどんぶり ブロッコリーと カリフラワーのサラダ   北東ブロック献立	ごはん ごまあぶら あぶら かたくりこ マヨネーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく まぐるあぶらづけ	たまねぎ しろねぎ ほししいたけ しょうが にんにく ブロッコリー カリフラワー とうもろこし キャベツ	しょうゆ みりん す しお さけ こしょう	597