

# 令和7年度 1月分 よていこんだてひょう

・学校給食は、岐阜県産の牛乳や米、小麦粉を使用しています。  
・その他の食材も、できる限り県内産のものを使用しています。

日	曜	献立名	小二キヨルギー	中二キヨルギー				
		主食	主菜	副菜	副菜・その他	デザート等	小・塩分	中・塩分
6	火	ごはん のり	五目うどん	鶏天	おひたし			
7	水	白ごはん	ブリの照り焼き	煮なます	すまし汁	一食黒豆 (学園のみ)	621 1.9	734 2.3
8	木	食パン	メンチカツ	カラフルソテー	ポトフ	スライスチーズ	654 3.3	801 4.0
9	金	麦ごはん	タイの塩焼き	切干大根の煮物	豚汁	※いよかんゼリー	610 1.9	772 2.3
13	火	中華麺	揚げギョウザ	糸寒天の甘酢和え	味噌ラーメンスープ	※マンゴーブリ	692 1.8	783 2.2
14	水	白ごはん	サワラの白醤油焼き	おかか和え	のつべい汁		559 1.5	663 1.8
15	木	米粉バーガーパン	ハンバーグトマトソースかけ	海藻サラダ	クリームシチュー		608 3.0	772 3.9
16	金	麦ごはん	キビナゴフライ	高菜炒め(学園) 野菜炒め(ごはん)	タイピーエン	※デコポン	672 2.0	858 2.5
19	月	麦ごはん	ウインナー	大根サラダ	糸貫トマトカレー		631 2.2	826 2.8
20	火	うどん	ハツシモおやきの ごま味噌焼き	青菜のおかか和え	かやくうどんの汁		622 2.1	726 2.6
21	水	白ごはん	サバのみぞれ煮	じゃがいものきんぴら	大根の味噌汁	※りんご	610 2.0	739 2.6
22	木	黒コッペパン	エビフライ	キャベツのソテー	コーンスープ		687 2.7	842 3.4
23	金	麦ごはん	豚肉のかりん揚げ	大豆とひじきの煮物	郡上味噌汁	※ヨーグルト	654 1.9	826 2.3
26	月	麦ごはん	アユの香味だれ(学園) ホキの香味だれ(ごはん)	さといもの煮物	こも豆腐のすまし汁	※野菜ゼリー	625 1.7	778 2.1
27	火	ソフト麺	マグロのノルウェー風	おから煮	カレーソース		701 1.9	859 2.4
28	水	白ごはん	サケの塩焼き	ほうれん草のおひたし	赤味噌汁		543 1.8	645 2.2
29	木	コッペパン	コロッケ	付け合せ	トマトシチュー	いちごジャム	652 2.6	794 3.3
30	金	麦ごはん	豚肉の塩こうじ焼き	れんこんのきんぴら	船頭鍋	※南濃みかん	657 2.1	827 2.6

◎表示してある栄養価は、小学校中学生(34年生)と中学生のものです。文部科学省の学校給食摂取基準は、小学校中学生(34年生)エネルギー650kcal・食塩2g未満です。中学生は、エネルギー830kcal・食塩2.5g未満です。ごも園・保育園は、ごはんではなく、白ごはんです。栄養価は、小学校の0.8倍を目標にしています。  
◎牛乳は毎日あります。◎都合により、献立を変更する場合があります。◎※は業者の配送となります。  
◎「学校給食地産地消推進事業」では、安全でおいしい岐阜県のお米や野菜を使って給食を食べてもらうことで、農業のことを学んでもらいたいと考えています。  
◎学校給食で使用する米・麦・一部大豆・野菜については、学校給食地産地消推進事業により、県・町・JAグループから補助をうけています。  
◎毎月19日は「食育の日」です。この日は、岐阜県や北方町産の「ふるさと食材」の使用を予定しています。



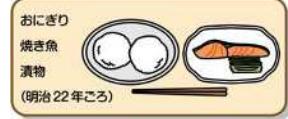
1/24~1/30は  
「全国学校給食週間」です

日本学校給食のあゆみ

北方町給食調理場

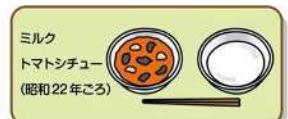
## 学校給食の始まり

明治22年、山形県の私立忠愛小学校で、貧しい子どもたちへ食事を提供したのが始まりとされています。この学校はお寺の中にあり、お坊さんたちが日々を回ってお経を唱え、いたいたお金や食べ物を使って食事を用意していました。大正12年には、子どもたちの栄養状態を改善するための方法として、学校給食が国から奨励されるなど、各地へ広がりましたが、戦争による食料不足で中止せざるを得なくなってしまいました。



## 支援物資による学校給食の再開

戦後、子どもたちの栄養状態の悪化を心配する声が高まり、昭和21年12月24日にLARA（アジア救援公認団体）から給食用物資の寄贈を受けて、翌1月に学校給食が再開されました。当初は12月24日を「学校給食感謝の日」としていましたが、その後、冬休みと重ならない1月24日からの1週間を「全国学校給食週間」とすることになりました。



## バラエティー豊かな献立内容に

昭和29年に「学校給食法」が成立したこと、実施体制が法的に整い、学校給食は教育活動として位置付けられるようになりました。主食はパンを中心でしたが、昭和51年に米飯が正式に導入されると、カレーライスや炊き込みご飯などが登場し、献立内容が充実してきました。



### 【旬の食材】

ねぎ れんこん 小松菜 かぶ 白菜

大根 キャベツ サケ サワラ など

### 【ふるさと食材】

米 小麦 牛乳 豚肉 大豆

キャベツ 大根 白菜 トマト

ブロッコリー など

### 【郷土食・行事食】

16日 熊本県の郷土料理

20日 食育の日献立

### 【学校給食週間】

26・30日 岐阜県のふるさと食材

27日 昭和30~40年代の給食

28日 明治時代の給食

29日 昭和20~30年代の給食

### 『豚肉のかりん揚げ』 (1/23 実施)

#### 〈材料(4人分)〉

豚もも肉 180g

濃口醤油 小さじ1

おろし生姜 小さじ1

片栗粉 適量

揚げ油 適量

中双糖 小さじ2

濃口醤油 小さじ2

酒 大さじ1/2

白いりごま 小さじ1

#### 〈作り方〉

①豚もも肉は1.5~2cmの角切りにする。Aで下味をつける。

②Bの調味料を煮立て、たれを作る。(蒸発しそうなら水を足す。)

③①の豚肉に片栗粉をまぶし、

175℃の油でカラッとするまで揚げる。

④豚肉が揚がったら、②のたれ、白いりごまをからめて出来上がり。

子どもたちに人気のメニューです。  
ご家庭でもぜひ作ってみませんか?