

# 1月のこんだて



こんげつ もくひょう かんしゃ た  
《今月の目標》 感謝して食べよう

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
<p>数値は献立の栄養価を表しています。小1～小3年はこの値の70%、小4～小6年は80%になります。</p> <p>カルシウム エネルギー たんぱく質</p>	<p>○物資の都合により、献立の一部が変更になることがあります。</p>	<p>8 T・Nさんが考えた献立&gt;</p> <p>コッペンパン ウィンナーソーセージ ツナサラダ シチュー 牛乳 みかん</p>	<p>9 T・Hさんが考えた献立&gt;</p> <p>きのこご飯 鱈塩焼き ポテトサラダ みそ汁 牛乳</p>	<p>10</p> <p>ご飯 きのこの卵とじ いわしのカリカリフライ かぶの色どり 牛乳</p>
<p>Kcal g mg</p>		<p>中学部2年「給食の献立を考えよう」</p>		
<p>13</p>	<p>14</p> <p>ナン キーマカレー ヨーグルトサラダ 牛乳</p>	<p>15</p> <p>ご飯 すき焼き 信田煮 塩もみ野菜 牛乳</p>	<p>16</p> <p>ご飯 鮭のマヨネーズ焼き コーン和え 粕汁 牛乳</p>	<p>17</p> <p>菜飯 鶏肉の黄金焼き 三色ひたし みそ汁 バナナ 牛乳</p>
<p>713 30.3 325</p>	<p>724 32.0 413</p>	<p>720 32.5 402</p>	<p>742 32.9 411</p>	
<p>20</p> <p>食パン いちごジャム タンドリーチキン りんごサラダ もずくスープ 牛乳</p>	<p>21</p> <p>ご飯 しそひじき 鱈の竜田揚げ おひたし みそ汁 牛乳</p>	<p>22</p> <p>ハヤシライス 海藻サラダ 伊予柑 牛乳</p>	<p>23</p> <p>ご飯 いわしの煮物 ごま和え ヨーグルト 牛乳</p>	<p>24</p> <p>ご飯 いわしの梅煮 切干大根サラダ 炒りどり 牛乳</p>
<p>695 33.0 344</p>	<p>726 29.5 357</p>	<p>770 24.7 297</p>	<p>710 29.3 454</p>	<p>769 35.4 518</p>
<p>27</p> <p>米粉食パン 高岡コロッケ ブロッコリーのひじき和え ミニトマト チキンスープ 牛乳</p>	<p>28</p> <p>ご飯 厚焼き卵 よごし ちゃんこ鍋 牛乳</p>	<p>29</p> <p>ご飯 ふくらぎの照り焼き アメリカンサラダ みそ汁 牛乳</p>	<p>30</p> <p>バターロール ぎょうざ 茎わかめサラダ ラーメン 牛乳</p>	<p>31</p> <p>ご飯 ハンバーグ ごぼうサラダ ごまみそ汁 みかん 牛乳</p>
<p>全国学校給食週間特別メニュー</p>				
<p>685 25.2 357</p>	<p>724 34.3 476</p>	<p>844 32.8 396</p>	<p>769 27.7 347</p>	<p>841 28.3 374</p>

## 中学部2年生 生活単元学習「給食の献立を考えよう」より



中学部2年生が、主食、主菜、副菜、汁物をそろえてバランスの良い食事を作る学習をしました。日頃給食では出ないピザを取り入れたり、大好きな麺類との組み合わせを考えたりと、いろいろ工夫していました。その中で、バランスの良かった献立2つが実際に給食の献立として採用されました。

1月8日 T・Nさんが考えた献立です。

1月9日 T・Hさんが考えた献立です。

# 1月給食たより

富山県立しらとり支援学校

あけまして  
おめでとうございます



年が明け、新しい1年が始まるとともに、学校では1年のまとめとなる3学期が始まりました。勉強や運動に自分の力をしっかりと発揮していくためには、朝ごはんが重要です。朝の冷え込みが厳しく起きるのがつらい季節ですが、早寝早起きの規則正しい生活習慣を身に付け、朝ごはんを必ず食べてから登校するようにしましょう。



本年も安全・安心に気をつけて、おいしい給食作りに努めていきたいと思えます。引き続きよろしくお願ひ致します。



## 1月24日～1月30日は全国学校給食週間



日本の学校給食の歴史は、明治22(1889)年に山形県にある小学校で、貧しい子供たちへ昼食を無料で提供したのが始まりとされています。その後、各地で給食が実施されるようになりますが、戦争などの影響で中断されてしまいました。そして戦後、支援物資による給食再開を記念して設けられたのが、1月24日～30日の「全国学校給食週間」です。

本校では、「全国学校給食週間」の行事として

### 「おいしく食べてパワーアップ」



### ～目指せ富山のアスリート～



をテーマに給食に関する行事を行います。

#### ○特別献立

1月27日(月)は登坂絵莉選手にちなみ「高岡コロッケ」・・・出身の高岡はコロッケで有名。  
1月28日(火)は朝乃山関にちなみ「ちゃんこ鍋」・・・魚介類入りのちゃんこが有名。  
1月29日(水)は八村塁選手にちなみ「ふくらぎの照り焼き」・・・富山の魚が好物。  
また、1月30日(木)と1月31日(金)は給食委員会おすすめのパワーアップメニューから食べたいものを投票して決めました。

1月30日は うどん or ラーメン・・・得票数が多かった「ラーメン」

1月31日は ハンバーグ or チキン南蛮・・・得票数が多かった「ハンバーグ」

○厨房見学 いつもは見るできない給食を作っている様子を見学します。

○交流会食 校長先生・教頭先生・学校栄養職員と会食をします。

