

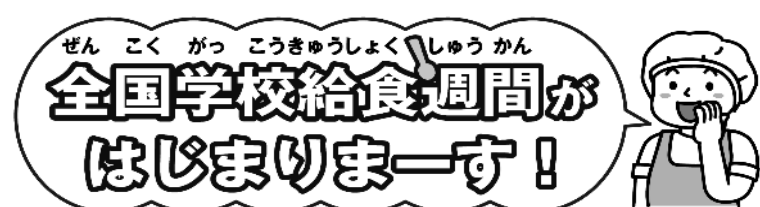
# 1月のこんだて

《今月の目標》感謝して食べよう。

富山県立しらとり支援学校

令和7年1月

月	火	水	木	金
		8日	9日	10日
<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>下の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>		食パン いちごジャム 牛乳 ハンバーグ 添え野菜 ポテトスープ	ご飯 牛乳 ささみカツ 野菜炒め 味噌汁 りんご	ごはん 味付けのり 牛乳 卵とじ いわしの梅煮 ごま和え
		エネルギー 767 kcal たんぱく質 32.0 g カルシウム 580 mg	エネルギー 727 kcal たんぱく質 28.0 g カルシウム 345 mg	エネルギー 824 kcal たんぱく質 41.7 g カルシウム 681 mg
13日	14日	15日	16日	17日
<p>成人の日</p>	菜飯 牛乳 ちくわの南部揚げ 豆腐チャンプルー もずく汁	食パン ビーンズクリーム 牛乳 オムレツ グリーンサラダ ポトフ	ご飯 牛乳 プルコギ 添え野菜 味噌汁 バナナ	ご飯 牛乳 エビと豆腐の旨煮 棒ギョウザ ナムル
	エネルギー 690 kcal たんぱく質 29.7 g カルシウム 317 mg	エネルギー 779 kcal たんぱく質 28.9 g カルシウム 367 mg	エネルギー 804 kcal たんぱく質 24.4 g カルシウム 334 mg	エネルギー 711 kcal たんぱく質 33.2 g カルシウム 383 mg
20日	21日	22日	23日	24日
黒糖パン 牛乳 味噌ラーメン コロッケ 大根サラダ	ご飯 牛乳 豚肉の味噌焼き はりはり和え かきたま汁	カレーライス 牛乳 ヨーグルト和え	ご飯 牛乳 魚の磯辺揚げ アーモンド和え 味噌汁	ご飯 牛乳 白菜鍋 千草焼き れんこんの金平 みかん
エネルギー 764 kcal たんぱく質 28.5 g カルシウム 420 mg	エネルギー 649 kcal たんぱく質 33.9 g カルシウム 394 mg	エネルギー 808 kcal たんぱく質 26.7 g カルシウム 396 mg	エネルギー 698 kcal たんぱく質 30.2 g カルシウム 370 mg	エネルギー 764 kcal たんぱく質 31.4 g カルシウム 411 mg
27日	28日	29日	30日	31日
バターロール 牛乳 クリームスープスパゲティ フレンチサラダ りんご	ご飯 ふりかけ 牛乳 白身魚フライ 五目豆 さつま汁	中華丼 牛乳 わかめスープ 青りんごゼリー	ご飯 牛乳 鶏肉のから揚げ ポテトサラダ 味噌汁	ごはん 牛乳 豚肉のキムチ炒め 卵焼き おひたし
エネルギー 796 kcal たんぱく質 28.5 g カルシウム 342 mg	エネルギー 735 kcal たんぱく質 30.6 g カルシウム 386 mg	エネルギー 736 kcal たんぱく質 29.6 g カルシウム 352 mg	エネルギー 738 kcal たんぱく質 31.1 g カルシウム 275 mg	エネルギー 784 kcal たんぱく質 34.3 g カルシウム 500 mg



「白身魚フライ」or「サバの粒マスタード焼き」、「バナナ」or「ゼリー」、  
「プルコギ」or「鶏肉のから揚げ」から食べたい方に投票し、得票数が多かった方をリクエスト献立として実施します。

# 1月給食だより

富山県立しらとり支援学校

新年あけましておめでとうございます。  
今年度も残すところあと3か月となりました。  
引き続き、毎日の給食時間が待ち遠しくなるような、魅力ある給食作りに努めていきたいと思ひます。  
本年もよろしくお願ひいたします。

**今年巳(へび)年!**

へびは、食べるときに獲物を丸のみしますが、みなさんは、よくかむことを意識して味わって食べましょう。



## 全国学校給食週間

1月24日～30日

<p>昔の学校給食について知ろう!</p>	<p>明治 22(1889)年～</p> <p>山形県鶴岡町の小学校で、貧しくて弁当を持ってこられない子のためにご飯や野菜を中心とした食事を提供したのが学校給食の始まり。その後、全国へと広がるが、戦争による食料難で中止される。</p>	<p>昭和 22(1947)年～</p> <p>戦後LARA（アジア救済公認団体）から寄贈された脱脂粉乳・缶詰・シチューの素などの物資を使い、学校給食が再開される。</p>
<p>昭和 25(1950)年～</p> <p>アメリカから寄贈された小麦粉でパンが作られ、パン・ミルク・おかずの完全給食が始まる。</p>	<p>昭和 38(1963)年～</p> <p>ソフトめんが開発され、人気メニューに。翌年には牛乳の本格供給が始まり、脱脂粉乳から牛乳へと切り替えが進む。</p>	<p>昭和 51(1976)年～</p> <p>米飯給食が正式に始まり、カレーライスや炊き込みご飯、ピラフなどが登場し、メニューの幅が広がっていく。</p>

### 今の給食は?



ご飯を中心とした和食の献立を基本に、郷土料理や行事食を提供しています。また、世界の多様な食文化への理解を深めることを目的とし、さまざまな国の料理も取り入れています。そして、食事の提供だけではなく、栄養バランスや地域の食文化、食べ物への感謝の気持ちなど、さまざまなことを学ぶための「生きた教材」として活用するなど、「食育」の役割も担っています。

