



お問い合わせ

＜食品名の左にある「○・▲・●」の記号について＞

○小麦粉・卵・牛乳に表記

▲当月分の「中学校給食用半製品・加工品の配合表」に記載している食品

●当年度分の「中学校給食用パン及び年間使用食品の配合表」に記載している食品

- ◆1群・・・たんぱく質が多く、おにも筋肉や血液になる食品
- ◆2群・・・カルシウムが多く、骨や歯をつくる食品
- ◆3群・・・色のこい野菜でビタミン、ミネラルが多い食品
- ◆4群・・・色のうすい野菜や果物でビタミン、ミネラルが多い食品
- ◆5群・・・穀類やいもで炭水化物が多い食品
- ◆6群・・・油脂製食品で脂質が多い食品

※米粉、うす揚げの配合は、4月に配布している「中学校給食用パン及び年間使用食品の配合表(B献立)」に掲載していますが、原材料に変更があったため、当月分の「中学校給食用半製品・加工品の配合表(B献立)」でご確認ください。

材料および献立名は都合により変わることがあります。

[illegible]

※米粉、うす揚げの配合は、4月に配布している「中学校給食用パン及び年間使用食品の配合表（B献立）」に掲載していま

すが、原材料に変更があったため、当月分の「中学校給食用半製品・加工品の配合表（B献立）」でご確認ください。

実施日	献立名	食品名	重量(g)	食品群	実施日	献立名	食品名	重量(g)	食品群	実施日	献立名	食品名	重量(g)	食品群	実施日	献立名	食品名	重量(g)	食品群							
1月26日(月)	ごはん 牛乳 糸寒天入りすまし汁	米	100	5	1月27日(火)	ごはん 牛乳 石狩汁	米	100	5	1月28日(水)	コッペパン 牛乳 ミネストローネ	●コッペパン	1個	5	1月29日(木)	ごはん 牛乳 豚肉のマスタード炒め	○米	100	5	1月30日(金)	ごはん 牛乳 塩鶏茶づけ(卵入り)	○米	100	5		
		○牛乳	1本	2			○牛乳	1本	2			○牛乳	1本	2			○牛乳	1本	2							
		鶏肉	20	1			さけ	20	1			●ベーコン	10	1			豚肉	30	1			鶏肉	20	1		
		▲かまぼこ	5	1			●つきごんにやく	10	5			●ツイストマカロニ	5	5			人参	25	3			○卵	20	1		
		▲うす揚げ	3	1			大根	15	4			じゃがいも	25	5			玉ねぎ	40	4			人参	5	3		
		人参	10	3			人参	10	3			人参	10	3			キャベツ	45	4			水菜	10	3		
		玉ねぎ	25	4			しめじ	5	4			玉ねぎ	15	4			さやいんげん	10	3			青ねぎ	3	3		
		青ねぎ	5	3			青ねぎ	5	3			●ポークスープ	5				エリンギ	20	4			●おろししょうが	0.5	4		
		▲ごんにやく寒天	0.7	2			●酒	1				トマトジュース	30	3			▲つぶ入りマスタード	2.5				おろしにんにく	0.1	4		
		●削り節	2				●削り節	2				●トマトソース	10				●カレー粉	0.03				白いうごま	2	6		
●出し昆布	0.5		●出し昆布	0.5		砂糖	0.2	5	●酒	1.5		●チキンスープ	8													
●みりん	0.5		●赤みそ	3.8	1	●濃口しょうゆ	1.6		●酒	1	5	塩	0.9													
●薄口しょうゆ	2.5		●白みそ	3.8	1	塩	0.45		●濃口しょうゆ	4		●ごま油	0.1	6												
塩	0.4		鶏肉	60	1	こしょう	0.025		塩	0.2		なたね油	0.2	6												
なたね油	0.2	6	●おろししょうが	0.65	4	なたね油	0.2	6	こしょう	0.01		●でん粉	1	5												
▲にら焼き	1個	5	●酒	2.7		さくら	1切	1	●マヨネーズ風ドレッシング	3	6	▲かぼちゃチーズフライ	1個	3												
なたね油	0.2	6	●濃口しょうゆ	3.5		なたね油	0.2	6	なたね油	0.2	6	なたね油	9	6												
豚肉	15	1	●でん粉	10	5	●トマト(缶)	16	3	(揚)チキンナゲット	▲チキンナゲット	2個	1	▲焼き豚	10	1											
▲野沢菜づけ	15	3	なたね油	6	6	おろしにんにく	0.15	4		なたね油	4	6	もやし	35	4											
玉ねぎ	15	4	ポテトサラダ	じゃがいも	40	5	パセリ	0.01		3	●ハム	5	1	ほうれん草	20	3										
しめじ	5	4		人参	5	3	●白ワイン	2.4			切干大根	4	4	●みりん	1.7											
おろしにんにく	0.13	4		玉ねぎ	10	4	砂糖	0.15		5	人参	10	3	●薄口しょうゆ	1.8											
●濃口しょうゆ	0.3			●むき枝豆(大豆)	5	4	塩	0.15			玉ねぎ	10	4	牛肉	10	1										
塩	0.1			塩	0.2		こしょう	0.01			おろしにんにく	0.3	4	ごぼう	20	4										
なたね油	0.2	6		こしょう	0.02		オリーブ油	1.5		6	とうがらし	0.01		人参	5	3										
●ハム	8	1		●マヨネーズ風ドレッシング	7	6	●でん粉	0.5		5	●チキンスープ	5		とうがらし	0.01											
白菜	30	4	とうもろこしのバター炒め	とうもろこし	20	4	●ささみ(レトルト)	15		1	塩	0.4		●みりん	0.4											
人参	5	3		玉ねぎ	15	4	キャベツ	30		4	こしょう	0.03		砂糖	1	5										
砂糖	1.9	5		エリンギ	5	4	人参	5		3	なたね油	0.1	6	●濃口しょうゆ	2											
●酢	1.4			●濃口しょうゆ	0.8		小松菜	5	3	ブロッコリーのゆず香和え	●まぐろ(レトルト)	8	1	なたね油	0.2	6										
●濃口しょうゆ	1			塩	0.1		▲フレンチドレッシング	7	6		人参	8	3													
塩	0.04			こしょう	0.01		●いちごりんごのジャム	1袋	5		ブロッコリー	25	3													
●すりおろしりんごゼリー	1個	5		●バター(調理用)	0.6	6	●パインアップル(缶)	15	4		ゆず果汁	0.7	4													
				なたね油	0.1	6	●黄桃(缶)	15	4		砂糖	0.4	5													
											薄口しょうゆ	1.4														
栄養価	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	ビタミン μgRAE	A	B1	B2	C	食物繊維 g	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	ビタミン μgRAE	A	B1	B2	C	食物繊維 g
	746	27.3	20.7	2.4	308	80	4.0	229	0.50	0.52	39	4.1		778	37.9	23.4	3.0	339	87	2.0	211	0.39	0.70	30	6.8	

栄養価	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	ビタミン μgRAE	A	B1	B2	C	食物繊維 g
	828	28.9	30.4	2.5	336	107	5.7	358	0.39	0.62	29	5.1	

1月24日～30日は
全国学校給食週間です

学校給食について知ろう！

学校で食べる給食は、単なる昼ごはんではなく、栄養バランスのとれた豊かな食事を通して、健康に良い食事のとり方、地域の産業や食文化、食べ物とそれに関わる人への感謝の気持ちなど、さまざまなことを学ぶための教材となるものです。

このように、現在ではさまざまな教育的効果が期待される学校給食ですが、もともとは、おなかをすかせた子どもたちのために、学校で昼ごはんを提供したことが始まりでした。学校給食がたどった歩みを見てみましょう。

学校給食の始まり

日本の学校給食は、1889（明治22）年、山形県鶴岡町（現・鶴岡市）にある大督寺というお寺の中に建てられた私立忠愛小学校で始まったとされています。大督寺のお坊さんが家々を回ってお経を唱え、いただいた米や野菜、お金を使って、貧しい家庭の子どもたちに食事を用意しました。その後、学校給食は、子どもたちの栄養を改善するための方法として国から奨励され、各地へ広まっていましたが、戦争による食料不足の影響で実施でき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

戦争が終わり、子どもたちの栄養状態の悪化が心配されたことから、1946（昭和21）年に、アメリカのLARA（アジア救援公認団体）から給食用物資の寄贈を受け、翌年1月から学校給食が再開されました。当初は給食用物資の贈呈式が行われた12月24日を「学校給食感謝の日」としましたが、1950（昭和25）年度からは冬季休業と重ならない1月24日～30日を「全国学校給食週間」とすることが定められました。

明治 22 年ごろ

おにぎり 塩ザケ 漬物

大正 12 年ごろ

五色ごはん 栄養みそ汁

昭和 17 年ごろ

すいとんのみそ汁

昭和 22 年ごろ

ミルク（脱脂粉乳） トマトシチュー

昭和 27 年ごろ

コッペパン
ミルク（脱脂粉乳）
鯨肉の竜田揚げ
せん切りキャベツ
ジャム

昭和 40 年ごろ

ソフトめん
ミートソース
牛乳
フライポテト
黄桃

昭和 51 年ごろ

カレーライス
牛乳
塩もみ
ゆで卵

昭和25年に、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」の完全給食が始まりました。

昭和30年代後半には脱脂粉乳のミルクが牛乳へと切り替わり、コッペパン以外のパンやソフトめんなど、主食の種類が増えていきました。米飯が正式に導入されたのは昭和51年のことです。

出典：月刊「学校給食」