

1月 きゅうしょくこんだてひょう

新潟市立西幼稚園

| 日 (曜) | こんだて | エネルギーのもと | | 体をつくる | | 体の調子をととのえる | |
|----------------|------------------|-----------------------|------------|-------------------|-------|-------------|----------------------------|
| | | たんすいかぶつ | しつ | たんぱくしつ | むきしつ | ビタミン | |
| 9 日 (金) | ごはん | 米 | | | | | |
| | だいこんじる | | | 油あげ みそ | | にんじん | だいこん 長ねぎ |
| | ハンバーグのケチャップに | さとう でん粉 | ラード | ぶた肉 とり肉 大豆 | | | たまねぎ |
| | ピーンズサラダ | じゃがいも | ノンエッグマヨネーズ | 大豆 | | にんじん | きゅうり とうもろこし |
| | ぎゅうにゅう | | | | 牛乳 | | |
| 13 日 (火) | カレーあじごはん | 米 | 油 | | | | |
| | とりにくのクリームソース | 米粉 さとう でん粉 | 油 | とり肉 ベーコン いんげん豆 | 牛乳 | にんじん | たまねぎ しめじ まいたけ |
| | ツナとブロッコリーのサラダ | | 油 | ツナ | | ブロッコリー | キャベツ とうもろこし |
| | ぎゅうにゅう | | | | 牛乳 | | |
| 14 日 (水) | マーボーどん(むぎ入り) | 米 大麦 さとう でん粉 | 油 | ぶた肉 大豆 とうふ みそ | | にんじん にら | 長ねぎ しいたけ きくらげ しょうが にんにく |
| | ごま入りはるさめとわかめのサラダ | はるさめ さとう | 油 ごま | | わかめ | にんじん | キャベツ きゅうり |
| | みかん | | | | | | みかん |
| | ぎゅうにゅう | | | | 牛乳 | | |
| 15 日 (木) | ごはん | 米 | | | | | |
| | さといもとだいこんのみそしる | さといも | | 打ち豆 みそ | | にんじん | だいこん 長ねぎ |
| | さばのごまケチャップソースかけ | でん粉 さとう | 油 ごま | さば | | | しょうが |
| | はくさいづけ | | | | こんぶ | | はくさい |
| | ぎゅうにゅう | | | | 牛乳 | | |
| 16 日 (金) | ごはん | 米 | | | | | |
| | みそワンタンじる | ワンタン(小麦粉) | 油 | ぶた肉 みそ | | にんじん にら | たまねぎ もやし 長ねぎ |
| | メンチカツ | 小麦粉 さとう | 油 | ぶた肉 | | | たまねぎ |
| | コーン入りひたし | | | | | こまつな | キャベツ とうもろこし |
| | ぎゅうにゅう | | | | 牛乳 | | |
| 19 日 (月) | ごはん | 米 | | | | | |
| | とんじる | | | ぶた肉 とうふ 油あげ みそ | | にんじん | ごぼう だいこん 長ねぎ |
| | しろみざかなのたつあげ | でん粉 | 油 | すけとうだら | | | |
| | ごまあえ | さとう | ごま | | | にんじん こまつな | キャベツ |
| | ぎゅうにゅう | | | | 牛乳 | | |
| 20 日 (火) | ごはん | 米 | | | | | |
| | もずくとたまごのスープ | でん粉 | | とうふ たまご | もずく | にんじん | えのきたけ 長ねぎ |
| | たらとだいすのチリソースに | さとう でん粉 | 油 | たら 大豆 | | にんじん さやいんげん | たまねぎ にんにく しょうが |
| | ぽんかん | | | | | | ぽんかん |
| | ぎゅうにゅう | | | | 牛乳 | | |
| 21 日 (水) | ごはん | 米 | | | | | |
| | もやしのみそしる | じゃがいも | | みそ | | にんじん | えのきたけ もやし 長ねぎ |
| | チキンカレーに | さとう | | とり肉 | | | |
| | きりばしだいこんのために | さとう | 油 | 油あげ | | にんじん こまつな | 切りばしだいこん しいたけ こんにゃく |
| | チーズ | | | | チーズ | | |
| | ぎゅうにゅう | | | | 牛乳 | | |
| 22 日 (木) | カレーライス(むぎ入り) | 米 大麦 じゃがいも さとう でん粉 | 油 | ぶた肉 | | にんじん | たまねぎ グリンピース にんにく |
| | ヨーグルトあえ | | | | ヨーグルト | | みかん パイン りんご |
| | ぎゅうにゅう | | | | 牛乳 | | |

| 日 | メニュー | エネルギーのもと | 体をつくる | 体の調子をととのえる |
|---|------|----------|-------|------------|
|---|------|----------|-------|------------|

| (曜) | メニュー | たんすいかぶつ | しつ | たんぱくしつ | むきしつ | ビタミン |
|----------------|----------------|--------------------------|-------|--------------|-----------|-------------------------------|
| 23 日 (金) | しそごはん | 米 | | | しそ | |
| | とうふじる | | | とうふ 油あげ みそ | にんじん | だいこん 長ねぎ |
| | コロッケ | じゃがいも さとう 小麦粉 水あめ でん粉 | ラー油 | ぶた肉 | | たまねぎ |
| | ひたし | | | | こまつな にんじん | もやし どうもろこし |
| | ぎゅうにゅう | | | | 牛乳 | |
| 26 日 (月) | ごはん | 米 | | | | |
| | とりごぼうじる | | | とり肉 油あげ | にんじん | ごぼう だいこん まいたけ 長ねぎ こんにゃく |
| | さけチーズフライ | 小麦粉 | 油 | さけ チーズ | | |
| | ごま入りきりざい | | ごま | 納豆 | にんじん のざわな | きゅうり |
| | ぎゅうにゅう | | | | 牛乳 | |
| 27 日 (火) | ごはん | 米 | | | | |
| | ごじる | | | みそ 大豆 | にんじん こまつな | だいこん えのきたけ 長ねぎ |
| | ふゆやさいとくるまふのあげに | さとう でん粉 さつまいも | 油 | とり肉 くるまふ | | れんこん ごぼう えだまめ |
| | ミルクゼリー | さとう 水あめ | | | 牛乳 れん乳 | |
| | ぎゅうにゅう | | | | 牛乳 | |
| 28 日 (水) | ごはん | 米 | | | | |
| | のっぺいじる | さといも | | ちくわ(すけとうたら) | にんじん | なすのこ イレハニル 長ね ぎ しいたけ こんにゃく |
| | とりにくレモンあえ | でん粉 さとう | 油 | とり肉 | | レモン |
| | アーモンドあえ | さとう | アーモンド | | こまつな にんじん | 切りばしだいこん もやし |
| | ぎゅうにゅう | | | | 牛乳 | |
| 29 日 (木) | ごはん | 米 | | | | |
| | きのこじる | じゃがいも | | とうふ みそ | にんじん こまつな | しめじ なめこ ひらたけ 長ねぎ |
| | さばのみそに | さとう | | さば みそ | | しょうが |
| | きりこんぶに | さとう | 油 | 油あげ 打ち豆 ぶた肉 | にんじん | しいたけ こんにゃく |
| | ぎゅうにゅう | | | | 牛乳 | |
| 30 日 (金) | ごはん | 米 | | | | |
| | おやこに | じゃがいも さとう | 油 | とり肉 たまご くるまふ | にんじん こまつな | たまねぎ しいたけ たけのこ こんにゃく |
| | てっかみそ | さとう | 油 | 大豆 みそ | にんじん | ごぼう |
| | ごま入りそくせきづけ | | ごま | | わかめ | キャベツ きゅうり |
| | ぎゅうにゅう | | | | 牛乳 | |

※都合により献立・使用食品を変更する場合があります。ご了承ください。

1月24日～30日は「全国学校給食週間」



日本の学校給食は、明治22（1889）年、山形県鶴岡町（現・市）で始まったとされます。

今のような形の学校給食は、昭和21（1946）年12月から始まりました。

昭和29（1954）年には「学校給食法」が制定されて法的な根拠も明確になり、教育活動として実施されています。

平成20（2008）年6月には、この法律が大幅に改正されて、「学校における食育の推進」が新たに規定されました。食育の観点を踏まえ、学校給食の教育的効果をさらに引き出し、学校給食を通じて学校における食育を推進していくことがより明確にされています。

学校給食は、成長期にある児童生徒の心身の健全な発達のため、栄養バランスのとれた豊かな食事を提供することにより、健康の増進、体位の向上を図ることに加え、食に関する指導を効果的に進めるための重要な教材として各教科等でも活用されます。とりわけ給食の時間は、準備から片付けまでの実践を通して、児童生徒が望ましい食習慣と食に関する実践力を身に付けることができます。

地場産物を活用したり、郷土食や行事食を提供したり

することを通して、地域の文化や伝統に対する理解と

関心を深めるなど高い教育効果も期待されています。

日本で最初の給食

昭和の時代のなつかし給食



揚げパン・くじ
らの竜田揚げ・
カレーシチュー