



2025年1月9日(木)

- ★ごはん
- ★ぶりの西京焼き
- ★紅白なます
- ★七草汁
- ★黒豆小魚
- ★牛乳



お正月献立

出世魚のぶり、紅白なます、黒豆など、おめでたい食材を使った給食にしました。

2025年1月10日(金)

- ★発芽玄米ごはん
- ★五目たまご焼き
- ★お煮こじ
- ★豆腐とわかめのみそ汁
- ★白玉小豆
- ★牛乳



鏡開き献立



1月11日の鏡開きにちなんだ献立です。白玉の上に、甘く煮た小豆をのせました。

2025年1月14日(火)

★ごはん

★にじますの円揚げ(つぶらあげ)

★のりマヨ和え

★吹雪汁

★牛乳

長野県で養殖された
にじますを使っています。
豆腐をつぶして、汁に
いれ、吹雪に見立てた
吹雪汁をつくりました。



2025年1月15日(水)

- ★ごはん
- ★厚揚げのねぎみそ焼き
- ★茎わかめのきんぴら
- ★せんべい汁
- ★カリカリ小魚
- ★牛乳



©東京ハイジ/南相木村



2025年1月16日(木)

- ★食パン
- ★シーザーサラダ
- ★ホットパイ
- ★白玉フルーツポンチ
- ★牛乳

6年生の献立 その1
6年生が家庭科の
授業の中で考えた
献立です。



給食のこんだてを考えよう

6年生が家庭科の授業で、栄養を考えた1食分の献立づくりや調理について学習しました。そのひとつとして、一人一食、給食の献立を考えてもらいました。

給食のこんだてを考えよう

給食のテーマ 雪のように白い あったか^{ゆき}雪^ここんだて

・こんだて内容

食パン ホットパイ
シーザーサラダ 白玉フルーツポンチ

・イメージ (イラスト)



・こんだて紹介

^{わたし}私は、^{いろいろ}白くて、色々な形があるゆきが大好きです。

みなみあいきのゆきは、とても白くてつめたいです。今日は、白い
たべものをみなみあいきのゆきにたとえてかんがえました。

栄養バランスが良く、白くなるようにくふうしたので、ゆきをおもいかべながら
たべてください。

パイの中には手作りのシ
チューがはいっています😊



2025年1月17日(金)

- ★ごはん
- ★松風焼き
- ★しらす和え
- ★のっぺい汁
- ★牛乳





2025年1月20日(月)

- ★発芽玄米ごはん
- ★凍り豆腐のたまごとじ
- ★寒天和え
- ★厚揚げと根菜のみそ汁
- ★牛乳

大寒献立

1月20日の大寒にちなんで、寒さをいかしてつくられている凍り豆腐や寒天を使った給食です。

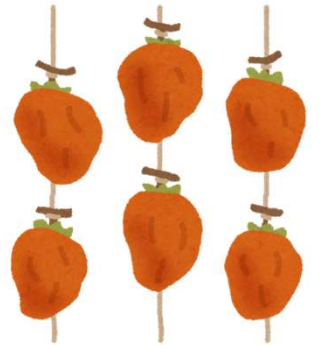
2025年1月21日(火)



- ★ごはん
- ★麻婆豆腐
- ★バンバンジー
- ★フォー
- ★牛乳

2025年1月22日(水)

- ★野沢菜おかかごはん
- ★つくねの野菜あんかけ
- ★ひたし豆
- ★ほうれんそうとじゃがいものみそ汁
- ★市田柿
- ★牛乳



地域の食材や
郷土料理を味わう
ふるさと給食の日



2025年1月23日(木)

- ★ミートソーススパゲッティー
- ★ウインナーと野菜のソテー
- ★キウイ
- ★牛乳



2025年1月24日(金)

- ★おにぎり
- ★鮭の塩焼き
- ★即席漬け
- ★五目汁
- ★ぽんかん
- ★牛乳

全国学校給食週間

1月24日～30日は全国学校給食週間です。

学校給食の歴史にちなんだ献立を考えました。

学校給食がはじまった明治の献立を一部再現しました。



2025年1月27日(月)

- ★チキンカレーライス
- ★野菜のマリネ
- ★いちご
- ★牛乳

全国学校給食週間

1月24日～30日は全国学校給食週間です。

学校給食の歴史にちなんで献立を考えました。

米飯給食が開始された頃に食べられるようになったカレーライスをつくりました。



2025年1月28日(火)

- ★ごはん
- ★鯖のねぎ塩焼き
- ★ひじきの炒め煮
- ★辛味豆腐汁
- ★ミルクゼリー
- ★牛乳

全国学校給食週間

1月24日～30日は全国学校給食週間です。

学校給食の歴史にちなんで献立を考えました。

戦後、給食で飲まれていた脱脂粉乳(スキムミルク)を使ってゼリーをつくりました。



2025年1月29日(水)

- ★ごはん
- ★鶏肉の塩麴焼き
- ★ゆずみそのふろふき大根
- ★すいとん
- ★カリカリ小魚
- ★牛乳

全国学校給食週間

1月24日～30日は全国学校給食週間です。

学校給食の歴史にちなんで献立を考えました。

戦時中に食べられていたすいとんをつくりました。



2025年1月30日(木)

- ★コッペパン
- ★くじらのマリアナソース
- ★ツナサラダ
- ★たまごスープ
- ★牛乳

全国学校給食週間

1月24日～30日は全国学校給食週間です。

学校給食の歴史にちなんで献立を考えました。

昭和時代、給食でよく食べられていたくじらを使った給食です。

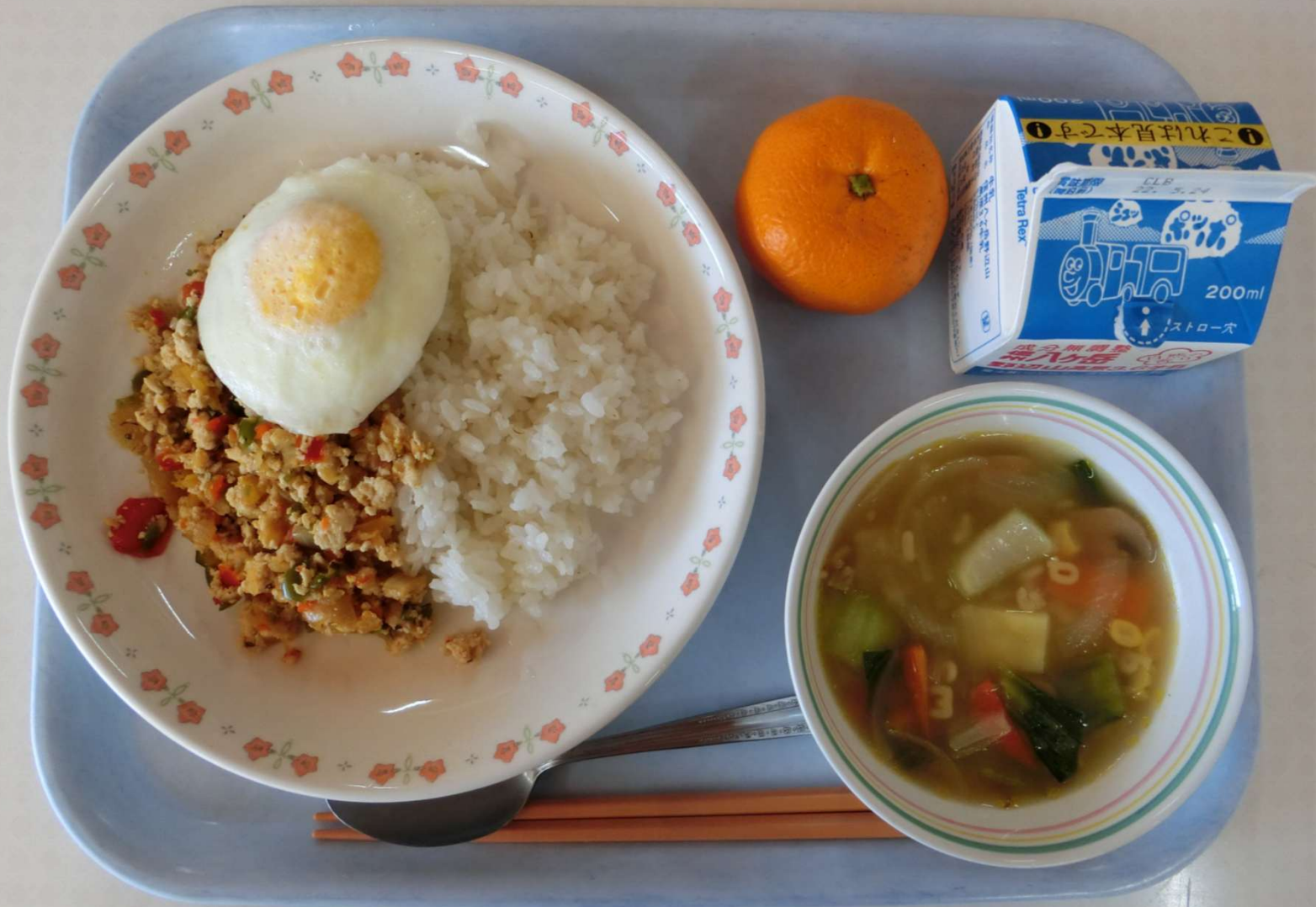


2025年1月31日(金)

- ★ガパオライス
- ★目玉焼き
- ★ABCスープ
- ★みかん
- ★牛乳



6年生の献立 その2
6年生が家庭科の
授業の中で考えた
献立です。



給食のこんだてを考えよう

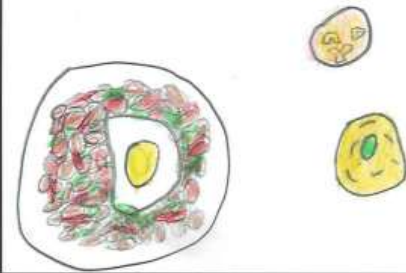
6年生が家庭科の授業で、栄養を考えた1食分の献立づくりや調理について学習しました。そのひとつとして、一人一食、給食の献立を考えてもらいました。

給食のこんだてを考えよう

給食のテーマ タイのごはん

・こんだて内容
ガパオ(たまご炒め)
ABCスープ
みかん

・イメージ (イラスト)



・こんだて紹介
今回のこんだては、タイのご飯をイメージしましたが、
パオは少しからくて、すごくおいしいごはんです! 口未^{もし}あってガパオ
を食べてくれたらとてもうれしいです。タイのご飯を喜^{よろこ}び味^{あじ}
に食^たべてください!!

