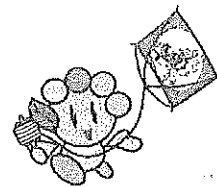


給食たより



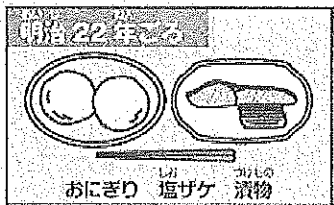
なが かった二学期も終わり、気持ちも新たに新年を迎えようとしています。

「一年の計は元旦にあり」と言います。食事についても新しい年はどのようなことを意識して過ごすか考えてみましょう。

1月24日～30日 学校給食について知ろう!

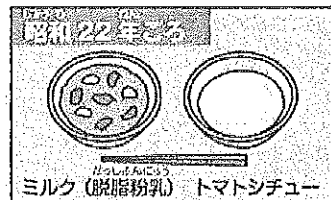


はじめ



日本の学校給食は、明治22年、山形県鶴岡市にある大督寺というお寺の中の忠愛小学校で始まりました。お坊さんが、貧しい子どもたちに食事を用意したのが始まりです。その後、各地に広まりましたが、戦争で食べ物がなくなり、続けられなくなりました。

第二次世界大戦の後、子どもたちの栄養状態を改善するために、アメリカから支援物資が贈られて学校給食が再び始まりました。物資が届いた12月24日は冬休みと重なるため、1月24日から30日を「学校給食週間」としました。



しえんぶっし 支援物資に よる再開

きょういかつどう 教育活動に

食べ物があふれている今、学校給食は、栄養バランスのとれた食事です。子どもたちの健康を守るとともに望ましい食習慣を身につけるための食育の教材としての役目も担っています。



★ 学校給食「おおたをたべよう」の日 ★



太田市産の農産物を給食にたくさん取り入れ、太田市のおいしい食べ物を味わうとともに地場産物の恵みに感謝する日です。新田学校給食センターでは、1月24日が「おおたをたべようの日」です。献立は、「太田のごはん・太田の牛乳・太田の野菜のすきやき風煮・太田の野菜サラダ・スライスパン」です。太田の食べ物をおいしく食べましょう。



コラム 給食センターから

今回は、スチームコンベクションについてです。大きな鉄板に魚やハンバーグを並べて、焼きます。プロの調理員さんが、焦がさないように、きれいに焼いてくださいます。



おんど じかん、焼 温度や時間、焼 き方を調節して おいしく仕上げますよ。



学校給食予定献立表



令和5年1月中学校

太田市立新田学校給食センター

日	曜	献立名			体の組織を作る食品群		体の調子を整える食品群		熱や力のもとになる食品群		栄養価 エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 脂質 (g)
		主食	飲物	おかず	1群	2群	3群	4群	5群	6群	
					魚・肉・卵 豆・豆腐	牛乳・乳製品 小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜 きのこ・果物	米・パン・めん 芋・そば	油持種実類	
10	火	菜めし	牛乳	赤魚の西京焼き れんこんきんぴら エビ団子のすまし汁	あかうす ちくわ かつおぶし	ぎゅうにゅう さかなのすりみ	にんじん みつば	れんこん だいこん	ごはん さとう	あぶら ごまあぶら	764 35.4 17.8
11	水	パンズパン	牛乳	しらす入りたまご巻き 紅白なます 七草風雑煮	たまご かにかま とりにく	ぎゅうにゅう しらす わかめ	にんじん ごまつな かぶのみ	だいこん ねぎ はくさい かぶ	パン さとう もち		796 32.6 25.8
☆木崎中学校のリクエスト献立☆				鶏の照り焼き ぶちぶちサラダ 豚汁 アップルコンポート	とりにく みそ とうふ	ぎゅうにゅう かいそう	にんじん ほうれん草	キャベツ きゅうり コーン こんにゃく ねぎ だいこん ごぼう りんご	ごはん じゃがいも	ドレッシング あぶら	774 37.6 22.8
12	木	ごはん	牛乳	ABCスープ カラフルソテー 型ぬきチーズ	ウィンナー うすらのたまご ベーコン えだまめ	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん ごまつな	キャベツ たまねぎ コーン	パン さとう じゃがいも マカロニ	あぶら	827 31.0 35.5
16	月	チキンライス	牛乳	(チキンライスの具) ポテトカップグラタン 白菜スープ ヨーグルト	とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんじん ピーマン ほうれん草	たまねぎ はくさい コーン	ごはん さとう じゃがいも	あぶら バター	809 25.9 24.3
17	火	ごはん	牛乳	豚キムチ炒め 塩昆布あえ かにたま汁	ぶたにく みそ たまご とうふ かに	ぎゅうにゅう ごんぶ	にんじん にら こねぎ	ねぎ たけのこ ほししいたけ はくさい きゅうり キャベツ たまねぎ	ごはん さとう かたくりこ	あぶら ごま ごまあぶら	781 38.9 23.2
18	水	はちみつパン	牛乳	ハムカツ・ソース 小松菜とツナのサラダ コーンポタージュ	ハム ツナ ベーコン	ぎゅうにゅう なまクリーム	ごまつな キャベツ きゅうり	キャベツ たまねぎ コーン レモン	パン パン さとう ごま じゃがいも	あぶら	889 31.6 34.2
19	木	わかめごはん	牛乳	いわしのおかか煮 筑前煮 なめこと豆腐のみそ汁	みそ かつおぶし とりにく とうふ	ぎゅうにゅう わかめ いわし	にんじん さやいんげん ごまつな	ごぼう こんにゃく たけのこ しいたけ だいこん ねぎ なめこ	ごはん さとう さといも	あぶら	762 33.6 21.9
20	金	チョコチップパン	牛乳	白菜のクリームシチュー 花野菜サラダ はるか(果物)	とりにく	ぎゅうにゅう なまクリーム	にんじん フロッコリー	たまねぎ はくさい カリフラワー コーン はるか	パン じゃがいも	あぶら ドレッシング	798 29.5 32.2
23	月	ごはん 野菜ふりかけ	牛乳	鮭の塩焼き 肉じゃが かぶのみそ汁	さけ とうふ ぶたにく みそ あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん さやいんげん かぶのみ	ほししいたけ しらたき ねぎ かぶ たまねぎ	ごはん じゃがいも さとう	あぶら	757 40.3 18.2
☆お休日をたべようの日☆				すき焼き風煮 おおたの野菜サラダ スライスパン	ぶたにく ゆきとうふ ツナ	ぎゅうにゅう	にんじん ごまつな	ねぎ しらたき パイン えのきたけ はくさい キャベツ きゅうり	ごはん さとう	あぶら ごま	779 33.9 23.7
24	火	ごはん	牛乳	ハンバーグ・ハーバーキューソース ジャーマンポテト レタススープ	ぶたにく ベーコン とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ レタス	パン じゃがいも かたくりこ	あぶら バター	758 31.4 28.3
25	水	パーカーハウス	牛乳	鶏肉の甘酢ソースかけ ほうれん草のごま和え ワンタンスープ	とりにく ぶたにく	ぎゅうにゅう	ほうれん草 にんじん	キャベツ きゅうり ねぎ もやし たまねぎ	ごはん さとう ごまあぶら ワンタン	あぶら すりごま	834 29.1 29.1
26	木	ごはん	牛乳	シーフードカレー カラフルサラダ りんご	えび ほたて いか	ぎゅうにゅう	にんじん パプリカ	たまねぎ キャベツ きゅうり コーン りんご	むぎごはん じゃがいも さとう	あぶら	838 27.9 19.3
27	金	麦ごはん	牛乳	さばの味噌煮 酢の物 のっぺい汁	さば みそ ツナ とうふ とりにく かまぼこ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん	きゅうり こんにゃく ごぼう だいこん ねぎ	ごはん さとう 1-1/2杯 さといも	あぶら	839 36.2 28.8
30	月	ごはん	牛乳 コーヒ ウ	ほうれん草入り厚焼き玉子 ごぼうサラダ おっきりこみ	たまご ぶたにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう	ほうれん草 にんじん ごまつな	ごぼう コーン きゅうり ねぎ だいこん ほししいたけ	ごはん さとう うどん	あぶら ごま ドレッシング	828 29.7 25.3

※めん類では、そばのコンタミネーションがあるかないか、※印で表示してあります。
(コンタミネーション:同じ工場内でアレルギーを使用していて、混入の可能性のあること)

- 献立は都合により変更になることがあります。
- 野菜類はすべて加熱してあります。
- 給食で使うお米は太田市産米の「あさひの夢」で、牛乳も太田市産です。
- 「メイドイン新田」を含む太田市産の野菜は斜め赤字で表示しています。

★毎月19日はいただきますの日(群馬県)★



★made in 新田★

にんじん ごまつな ほうれん草 かぶ キャベツ レタス



久保田さん

ねぎ
福島さん 丸山さん

はくさい
福島さん



基準値
830
34
23