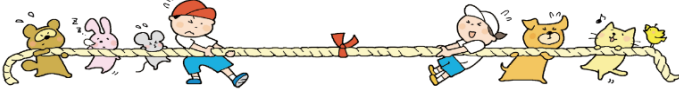




れいわ ねん がつ 1 にちはつこう にしかぐらしょうがっこうたんどう はなやま
令和4年12月19日発行 西神楽小学校担当 花山

12月 給食だよ



こん げつ の 目標

きゅうしよく 給食について 知ろう

おねがい

きゅうしよくひ きじつ 給食費は期日までの
のうにゅう ねが 納入をお願いします。

きゅうしよく しよくさい ほご 給食の食材は保護
しや みなさま ぎゅうしよくひ 者の皆様からの給食費
こうにゅう で購入しています。

★☆☆ 給食の移り変わりを見てみよう ★☆☆

昭和初期～中期の給食メニュー

おじいちゃん・おばあちゃん世代



昭和中期～後期の給食メニュー

お父さん・お母さん世代



平成・令和の給食メニュー

ぼく・わたし世代



★☆☆ 現在の給食は食べて学べる教材です ★☆☆

はいぜん あとかたづ 配膳・後片付け

ひとまか 人任せになってないかな？

えいよう 栄養

にがみそ なものも食べているかな？

しよくじ 食事のマナー

ルールをまもってすごしてるかな？

しよく かん ただ ちしき 食に関する正しい知識

食べ物のなまえはわかるかな？

おせち料理の言い伝え

だて巻き ち え ぶ ねが 知恵が増えることを願う

数の子 こだから しそんはんえい いの 子宝と子孫繁栄を祈る

エビ ながい しょうちよう 長生きの象徴

くりきんとん ゆた しょうぶうん ねが 豊かさや勝負運を願って

鯉 げんき はたら 元気に働けますように

魚作り ほうさく ねが 豊作を願って

こぶ巻き かぞく けんこう はんえい ねが 家族の健康と繁栄を願う

おすすめ 給食レシピ

パンプキンポタージュ

さいりよう 材料 (4人分)

- かぼちゃペースト…280g
- 小玉葱 (スライス) …1コ
- バター…8g
- 牛乳…200ml
- 生クリーム…30ml
- コンソメ…7.2g
- 塩こしょう…少々
- パセリ…少々

●お好みで調味料を加減してください。

～作り方～

- ①バターで玉葱を炒める。
- ②牛乳を入れて沸かす。
- ③かぼちゃペースト、コンソメ、塩こしょうを入れる。
- ④仕上げに生クリームとパセリを入れて完成です♪



こんだてひょう



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日					
<p>1月 平均栄養価</p> <ul style="list-style-type: none"> エネルギー(650kcal) 630Kcal たんぱく質(21.1g-32.5g) 25.7g 脂質(14.4g-21.6g) 19.8g 食塩(2.0g未満) 2.4g <p>今年なるしく</p>	<p>13日 669kcal</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん コタン鍋 米粉ザンギ 	<p>16日 737kcal</p> <ul style="list-style-type: none"> 麦ごはん ポークカレー 福神漬 二色フルーツ 	<p>17日 665kcal</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん 黒麻婆豆腐 塩昆布あえ 	<p>18日 604kcal</p> <ul style="list-style-type: none"> 米粉コッペパン ポトフ ホキフライ ブロッコリーのドレッシングあえ チョコペースト 					
<p>23日 685kcal</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん 肉じゃが さばみそ煮 	<p>24日 562kcal</p> <ul style="list-style-type: none"> ビビンバ わかめスープ みかん 	<p>25日</p> <p>スキー学習のため 給食なし</p>	<p>26日 640kcal</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん 青梗菜と厚揚げのピリ辛炒め おひたし バナナ 	<p>27日 662kcal</p> <ul style="list-style-type: none"> ミルクパン いかボールスープ 卵ロール スパイシーポテト 					
<p>30日 577kcal</p> <ul style="list-style-type: none"> 麦ごはん 豆腐のみそ汁 ほっけの塩焼き たくあん 給食週間ミルクプリン 	<p>31日 528kcal</p> <ul style="list-style-type: none"> ごはん おでん カレー風味あえ 味付けのり 	<p>学校給食の献立の移りかわり</p> <table border="1"> <tr> <td> <p>明治22年</p> </td> <td> <p>昭和22年</p> </td> <td> <p>昭和25年</p> </td> <td> <p>昭和40年</p> </td> <td> <p>昭和52年</p> </td> </tr> </table> <p>1月24日から1月30日までは、全国学校給食週間です。いつも食べている給食に目を向けて、給食の役割について考えてみましょう。</p>			<p>明治22年</p>	<p>昭和22年</p>	<p>昭和25年</p>	<p>昭和40年</p>	<p>昭和52年</p>
<p>明治22年</p>	<p>昭和22年</p>	<p>昭和25年</p>	<p>昭和40年</p>	<p>昭和52年</p>					

●牛乳は毎日付きます。●物資の都合で給食の一部が変更になることがあります。●の日はスプーンがつきます。