



2024年 1月

学校給食献立

給食回数 16回

東郷町給食センター

給食日	献立名	主な食品とその働き	赤の仲間 (血や肉や骨になる)						緑の仲間 (体の調子を整える)				黄の仲間 (熱や力の元になる)			
			1群		2群		3群		4群		5群		6群			
			肉・魚・大豆・大豆製品	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	穀類・いも類・砂糖	油脂類・種実類								
10	水	ごはん ★厚焼き卵のおろしかけ 七草汁 白玉ぜんざい かみかみ昆布豆 (中)	牛乳	鶏卵 鶏肉、油揚げ (県) あずき 大豆		ほうれんそう (県)、小松菜、春菊、せり (県)	大根 (町)、ゆず果汁 大根 (町)、かぶ (県)		ごはん (町) 砂糖、タピオカでんぷん、でんぷん 米粉、てんさい糖、でんぷん		大豆油					
11	木	ごはん ☆ホイコーロー ☆パンサンスー ☆ワントンスープ コーヒー牛乳のもと	牛乳	豚肉 (県)、赤みそ (県) チキンハム 豚肉 (県)		ピーマン チンゲン菜 (県) にんじん (町)	しょうが、たけのこ、キャベツ (県) もやし (県) しめじ、はくさい (県)、たまねぎ、ねぎ (町)		ごはん (町) 三温糖、でんぷん 三温糖 小麦粉 砂糖		米ぬか油 ごま油 米ぬか油					
12	金	ごはん ☆★親子どんぶりの具 ★しらす和え (●しらす) なめこ汁	牛乳	鶏肉、凍り豆腐、かまぼこ、鶏卵 (県) 乾燥ちりめん 豚肉 (県)、赤みそ (県)、白みそ (県)		にんじん (県) たまねぎ キャベツ (県)、はくさい (県) なめこ、大根 (町)、ねぎ (町)		ごはん (町) 三温糖、でんぷん								
15	月	玄米ごはん 冬野菜カレー ☆ポテトチップスサラダ (●ポテトチップス) ☆★フルーツのヨーグルトあえ (●ヨーグルト)	牛乳	鶏肉 ベーコン、大豆 (県)		にんじん (県)、トマト (町)、かぼちゃ キャベツ (町)、カリフラワー (町)、きゅうり ヨーグルト パインアップル (缶)、なつみかん (缶)	にんにく、たまねぎ、はくさい (町) キャベツ (町)、カリフラワー (町)、きゅうり パインアップル (缶)、なつみかん (缶)		玄米ごはん (町) さといも、でんぷん、砂糖、さつまいも、米粉 (町) じゃがいも、きび糖 三温糖		米ぬか油、植物油 米ぬか油、植物油、オリーブ油					
16	火	☆きなこ揚げパン ☆炒めビーフン いり入りつくね (小2中3個) △りんご	牛乳	きな粉 豚肉 (県)、いか、はんぺん 鶏肉、レバーミンチ		にんじん (県) キャベツ (県)、もやし (県)、たまねぎ、しょうが たまねぎ		小型ロール、砂糖 ビーフン、三温糖 でんぷん、米粉、てんさい糖		米ぬか油 米ぬか油 植物油						
17	水	☆チャーハン しゅうまいねぎソース (小2中3個) ☆中華サラダ ☆△蒲郡みかんゼリー	牛乳	豚肉 (県)、大豆 豚肉 (県) チキンハム		にんじん (県) たまねぎ、しょうが、しいたけ、ねぎ、ねぎ (町) たまねぎ、しょうが、レモン果汁、ねぎ もやし (県)、きゅうり みかん果汁		砂糖、三温糖、アルファ化米 (県) 小麦粉、でんぷん、三温糖 三温糖 てんさい糖		ごま油 ごま油						
18	木	☆きしめん 五目あんかけ ☆米粉のちくわの磯辺揚げ (小2本中3本) ごまあえ	牛乳	鶏肉、油揚げ (県) ちくわ あおさ (県)		にんじん (県)、小松菜 しいたけ、キャベツ (町)、たまねぎ、たけのこ もやし (県)		きしめん でんぷん 米粉 (町)、でんぷん		米ぬか油 ごま						
19	金	ごはん ☆★納豆あえ (●チーズ) 二色漬け 沢煮わん ☆★手巻きのみり	牛乳	納豆 (県) チーズ 豚肉 (県)、かまぼこ やきのみり (県)		にんじん (町) ごぼう、大根 (町)、えのきたけ、ねぎ		ごはん (町) きび糖 きゅうり、たくあん		米ぬか油						
22	月	△野菜ジュース				にんじん、トマト、赤ピーマン、赤しそ、グリーンアスパラガス、ケール、フロッコリー、ほうれんそう、フチヴェール、パセリ、リーフレタス、かぼちゃ、クレソン	キャベツ、ビート、大根、たまねぎ、はくさい、セロリ、りんご、レモン、もも、ぶどう、アセロラ、パインアップル									
23	火	わかめごはん れんこん入りはんぺんの生姜焼 ツナの大根サラダ ☆★かきたま汁	牛乳	はんぺん、大豆 まぐろ油漬 鶏肉、豆腐 (県)、鶏卵 (県)		にんじん (県) にんじん (県) にんじん (県)	キャベツ、ビート、大根、たまねぎ、はくさい、セロリ、りんご、レモン、もも、ぶどう、アセロラ、パインアップル		ごはん (町) でんぷん、三温糖 三温糖 でんぷん		米ぬか油 植物油					
24	水	ごはん みそおでん いかフリッター (2個) ☆アーモンド和え (●アーモンド)	牛乳	豚肉 (県)、玉はんぺん、生揚げ (県)、赤みそ (県) いか	こんぶ おきあみ、あおのり	にんじん (県) ほうれんそう (県)、にんじん (県)	大根 (県)、こんにやく もやし (県)		ごはん (町) さといも、黒砂糖 小麦粉、トウモロコシでんぷん、砂糖、米粉		大豆油、米ぬか油 アーモンド					
25	木	ごはん ★お好みどんぶり ★切干大根ときゅうりの塩昆布あえ (●ごま) おじゃかもち汁	牛乳	おから (県)、鶏肉、まぐろ油漬 塩昆布 鶏肉、油揚げ (県)		にんじん (町) しょうが、しいたけ 切干だいこん (県)、きゅうり こんにやく、大根 (町)、しめじ、ねぎ		ごはん (町) 三温糖 三温糖 じゃがいも、でんぷん		米ぬか油 ごま油、ごま						
26	金	ごはん 鮭のゆうあん焼き ひきずり みかん	牛乳	鮭 鶏肉、焼き豆腐		にんじん (県) こんにやく、しめじ、はくさい (県)、えのきたけ、ねぎ (町) みかん (生)		ごはん (町) 有機栽培米 (町) 三温糖、でんぷん 砂糖		大豆油 米ぬか油						
29	月	☆鶏めし にぎすフライの変わりソース ★ひじきサラダ ☆△東郷町産お米のタルト (◆ブルーベリータルト)	牛乳	鶏肉、油揚げ (県) にぎす まぐろ油漬、大豆 (県) 鶏卵 豆乳	ひじき	にんじん (県) ほうれんそう (県) キャベツ (町)、とうもろこし、ゆず果汁	ごぼう、しいたけ キャベツ (町)、とうもろこし、ゆず果汁 ブルーベリーソース	アルファ化米 (県)、アルファ化もち米、三温糖 小麦粉、三温糖 三温糖 小麦粉、米粉 (町)、砂糖、 米粉、砂糖、とうもろこし粉、でんぷん		大豆油 米ぬか油 米ぬか油、オリーブ油 植物油 植物油						
30	火	ごはん みそ煮込みうどん 東郷町産さつまいもコロケ シャキシャキれんこんサラダ	牛乳	鶏肉、油揚げ (県)、赤みそ (県) ベーコン		にんじん (県) はくさい (県)、たまねぎ、えのきたけ、しいたけ たまねぎ にんじん (県) れんこん (県)、きゅうり、とうもろこし、ゆず果汁	しょうが、にんにく、たまねぎ、りんご、レモン果汁 たまねぎ	三温糖、米粉めん (町) さつまいも (町)、砂糖、小麦粉、1902でんぷん、米粉 三温糖		米ぬか油 米ぬか油、オリーブ油						
31	水	黒ロールパン チキンのローゼルソース	牛乳	鶏肉 ぼたてがひ、ベーコン	牛乳、チーズ	にんじん (県)、パセリ (県)、ほうれんそう (県)	しょうが、にんにく、たまねぎ、りんご、レモン果汁 たまねぎ、しめじ、マッシュルーム	黒ロール ローゼルジャム (町)、三温糖								
応募献立		★みんなでホッ！と一息クラムチャウダー ☆ツナサラダ	牛乳	ぼたてがひ、ベーコン まぐろ油漬	牛乳、チーズ	にんじん (県)、パセリ (県)、ほうれんそう (県)	たまねぎ、しめじ、マッシュルーム レモン果汁、キャベツ (県)、きゅうり	じゃがいも、米粉、砂糖、でんぷん 三温糖		植物油 オリーブ油						

☆印は中学校3年生のリクエスト給食です。★印はカルシウムを多く含む献立です。(小)は小学校のみ(中)は中学校のみ提供されます。▲印は業者が配送・回収する食品です。△印は業者が配送する食品です。●印はクラスづきの食品です。◆印はアレルギーの代替食です。(県)は愛知県内でとれたものです。(町)は東郷町内でとれたものです。斜体の食材は東郷町が公費負担している食材です。<<都合により献立内容が変更したり、天候等により産地が変更したりする場合があります。>>

【今月の応募献立】
31日「みんなでホッ！と一息クラムチャウダー」 東郷中学校 3年 山内 咲穂さん
あさりやベーコンを使うことで、いだしが出て、つかれている人たちの心や体のバテに効く一品です。 ※今回は、あさりの代わりにホタテを使います。

【お詫びと訂正】
12月献立表の応募献立欄で紹介しました星野さんのお名前に誤りがありました。お詫びして訂正いたします。
(誤)星野 二胡さん (正)星野 仁胡さん

【献立について】
10日 七草の日(7日)は、1年の健康と豊作を願って春の七草をいただく風習があります。また、鏡開きの日(11日)は、お正月にお供えた鏡餅を割って、おしるこなどに入れていただきます。給食では「七草汁」「白玉ぜんざい」を提供します。
16日 かみかみメニューの日です。「りんご」をよく噛んで食べましょう。よく噛むことであごを強くし、歯並びをよくし、虫歯を予防します。
31日 「チキンのローゼルソースかけ」は、焼いた鶏肉に東郷町産のローゼルジャムを使用したソースをかけます。

いただきます

NO. 68
令和6年1月
東郷町給食センター



学校給食週間にちなんで愛知県産・東郷町産の食べものがたくさん出てきます。自然の恵みに感謝しながら、愛知県や東郷町の食文化に親んでもらいたいと思います。

1月24日(水)

ごはん
牛乳
みそおでん
いかフリッター
アーモンド和え

「みそおでん」は愛知県の郷土料理です。愛知の大豆を使った赤みそのだしに大根やはんぺん、こんにやくなどの素材を入れてじっくりと煮込んだおでんです。コクのある味に仕上がります。

1月25日(木)

ごはん
牛乳
お好みどんぶり
切干大根ときゅうりの塩昆布あえ
おじゃがもち汁

地元でとれた食材がたくさん使われています。お好みどんぶりの「おから」、あえものには「切干大根」、汁には「あぶらあげ、にんじん、大根」です。じつは、愛知県はたくさんの農産物がつくられている県です。

1月26日(金)

東郷町産有機栽培米
牛乳
鮭のゆうあん焼き
ひきずり
みかん

ご飯は東郷町で有機栽培で育てたお米を炊きました。「ひきずり」は愛知県の郷土地料理で、鶏肉のすきやきのことです。すき焼き鍋の中で引きずるようにして鶏肉をやくからという説があります。

1月29日(月)

鶏めし
牛乳
にぎすフライの変わりソース
ひじきサラダ
東郷町産お米のタルト

「鶏めし」は、愛知県の郷土料理です。卵を産まなくなった鶏をおいしく食べられるように「鶏めし」が作られるようになったと言われています。「にぎす」は、愛知県でたくさんとれる魚です。フライにして、カレー風味のソースをかけます。

1月30日(火)

ごはん
牛乳
みそ煮込みうどん
東郷町産さつまいもコロッケ
シャキシャキれんこんサラダ

「みそ煮込みうどん」は愛知県の郷土料理です。東郷町でとれたさつまいも「紅はるか」で作ったコロッケです。このいもはあまみが強いのが特徴です。「サラダ」は、愛知県でとれたれんこんでシャキシャキした歯ごたえがあります。

1/24~1/30 全国学校給食週間 給食の歴史&献立の変遷



学校給食の起源は、明治22(1889)年にさかのぼります。山形県の大督寺というお寺に中にあった小学校で、お弁当を持ってこられない子どもたちに、昼食を無償で提供したことが始まりとされています。その後、全国へと広がりましたが、戦争による食材不足などの影響で中断されてしまいました。



戦争が終わっても食料不足は続き、子どもたちの栄養状態が心配されたことから、学校給食の再開を求める声が高まりました。

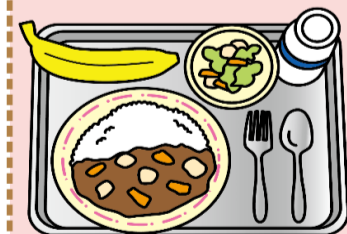


給食用物資贈呈式
アメリカの LARA (アジア救援公認団体) から贈られた物資を使い、昭和 22 (1947) 年 1 月に給食が再開しました。

★ 昭和 21 (1946) 年 12 月 24 日に物資の贈呈式が行われ、この日を「学校給食感謝の日」としましたが、冬休みと重なるため、昭和 25 (1950) 年度からは 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。

★ 昭和 29 (1954) 年に「学校給食法」が成立し、学校給食の実施体制が法的に整い、教育活動として位置づけられるようになりました。

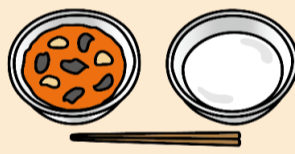
昭和 50 年代ごろの給食



給食の主食はパンが中心でしたが、昭和 51 年に米飯が正式に導入され、献立の内容も豊かになっていきました。

カレーライス・牛乳・塩もみ・バナナ

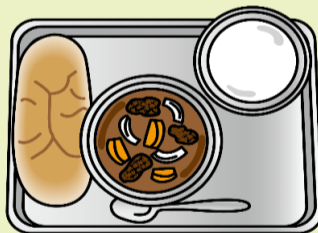
昭和 22 年ごろの給食



脱脂粉乳や缶詰などの物資を使って給食が作られました。

トマトシチュー・ミルク

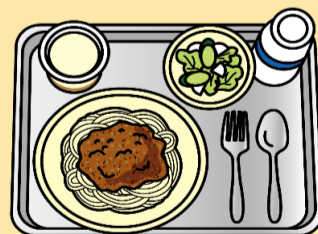
昭和 25 年ごろの給食



アメリカから寄贈された小麦粉を使って、パン・ミルク・おかずの完全給食が始まりました。

コッパン・ミルク・カレーシチュー

昭和 40 年代ごろの給食



パンの種類が増え、めん類も提供されるようになりました。脱脂粉乳のミルクは牛乳へと切り替わりました。

ミートスパゲッティ・牛乳・フレンチサラダ・プリン

★ 子どもたちを取り巻く食環境が変化する中で、平成 17 (2005) 年に「食育基本法」が成立。平成 20 (2008) 年には、学校における食育の推進を図る観点から「学校給食法」が大幅に改正されました (2009 年 4 月 1 日施行)。



東郷町の有機栽培農園の様子



有機栽培米の田んぼ



有機栽培ねぎの畑



有機栽培さつまいもの畑でとれたいもから作ったコロッケ

地域の農家さんや、給食を作ってくれている方々に感謝していただきます。