



月		火		水		木		金	
1/13(火)		あぶるま食品さんの みゆきもちが初登場！				8 中学のみ		9 中学のみ	
うおめさん 魚活産100%！ まいにち 毎日つつたて！									
12		13		14		15		16	
成人の日		みかん		大根 サラダ		のっぺ		型抜きレアチーズ いちご	
		みかん		タンドリ チキン		赤魚の 照焼き		ゆず香る ブランチサラダ	
		みゆきもちの ぜんざい		ポトフ		ミルメーク コービー		シーフード ピラフ	
		冬野菜カレー (ごはん)		牛乳 鶏肉 ヨーグルト ハム		黒豆ごはん ミルメークコービー 砂糖		牛乳 あさり いか 鶏肉 ハム 豆乳	
		牛乳 鶏肉 豆乳		アップルチップコッパン 油 砂糖		黒豆ごはん ミルメークコービー 砂糖		レアチーズいちご	
		ごはん じゃがいも 油 ルウ もち		玉ねぎ しょうが にんにく きゅうり キャベツ 大根		しょうが たけのこ にんじん しいたけ 枝豆 大根		ごはん パター 油 米粉 ルウ	
		小豆 粒あん 砂糖		とうもろこし にんじん しめじ パセリ		かぼ せり 長ねぎ えのきだけ		玉ねぎ にんじん とうもろこし グリンピース キャベツ	
		玉ねぎ にんじん かぼちゃ れんこん しょうが						きゅうり ゆず かぼちゃ パセリ	
		にんにく トマト みかん							
小		小		小		小		小	
		785		610		586		618	
		2.0		2.8		2.5		2.1	
		中		中		中		中	
		898		803		702		716	
		2.3		3.5		2.8		2.8	
19		20		21 須原小6年生の献立		22 中学1・2年生(スキー)		23 給食週間(国語)	
かきまげて 食べよう！		りんごの 米粉蒸しパン		ゆかり 和え		煮菜		テーマ:ごんぎつね	
牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳	
ビビンバ (ごはん、肉炒め、 ナムル)		根コン チップス		からあげ		ほっけの 香味焼き		いわしの もみじソース	
カニ玉 スープ		五目汁 (あま〜く煮たお肉)		豚汁		キムチ なべ		ごんぎつね ごはん	
牛乳 豚肉 みそ 紅ずわいかに 鶏卵 豆腐		牛乳 豚肉 わかめ 栟尾の油揚げ 豆乳		牛乳 鶏肉 豚肉 豆腐 みそ		牛乳 ほうけ みそ 打ち豆 豚肉 豆腐		牛乳 油揚げ いわし 鶏肉 みそ	
ごはん 油 砂糖 ごま 片栗粉		大麦麺 砂糖 さつまいも 油 米粉		ごはん 片栗粉 米粉 油 じゃがいも		ごはん 油		大豆ペースト	
ぜんまい たけのこ しょうが にんにく にんじん ほうれん草 切干大根 もやし キャベツ 長ねぎ きくらげ		なめこ えのきだけ にんじん ほうれん草 長ねぎ こぼろ れんこん りんご しいたけ		しょうが にんにく キャベツ きゅうり もやし 煮しめ こぼろ 大根 長ねぎ みかん		しょうが 長ねぎ 野沢菜漬け にんじん 白滝ナムチ 白菜 もやし しめじ えのきだけ		にんじん しいたけ 枝豆 しょうが 大根 えのきだけ しめじ 長ねぎ	
小		小		小		小		小	
656		797		697		592		652	
2.4		2.8		1.9		2.3		2.1	
中		中		中		中		中	
785		964		810		700		767	
2.7		3.2		2.2		2.7		2.5	
26 給食週間(社会・総合)		27 給食週間(算数・数学)		28 給食週間(外国語)		29 給食週間(理科)		30	
テーマ:只見線を応援しよう		テーマ:いろいろな形を見つけよう		テーマ:外国にゆかりのある料理		テーマ:植物のからだのつくり			
牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳	
会津若松の ソースカツ丼		たくあん カシマヨサラダ		コール スロー		八色菜と 花野菜の サラダ		れんこんの 梅肉和え	
玉川酒造の 酒かす汁		太刀魚 フライ		ハンバーグ		バーベキュー ソース炒め		さばの ごまソース	
ごはん		ごはん		豆乳 チャウダー		特別栽培米 ごはん		ごはん	
牛乳 豚肉 油揚げ みそ 豆腐		牛乳 太刀魚フライ サラダチキン 竹輪 結びごんぶ 生揚げ 揚げボール		牛乳 ハンバーグ ベーコン 豆乳		牛乳 豚肉 ツナ 鶏肉 豆腐 みそ		牛乳 さば かつお節 豚肉 油揚げ	
ごはん 米粉 パン粉 油 砂糖		ごはん 油 春雨 ノンエッグマヨネーズ 砂糖 里芋		丸パン 油 ノンエッグマヨネーズ ルウ 米粉 はちみつ		ごはん 油 砂糖 さつまいも		ごはん 米粉 片栗粉 油 砂糖 ごま	
キャベツ にんじん きゅうり わらび 山豆 味噌 大根 長ねぎ		キャベツ にんじん きゅうり たくあん 大根 いよかん		キャベツ にんじん レモン セロリ 玉ねぎ とうもろこし かぼちゃ		かぼちゃ とうもろこし きゅうり にんじん しょうが にんにく 八色菜 キャベツ カリフラワー れんこん こぼろ 大根 玉ねぎ にんじん		れんこん きゅうり にんじん 小松菜 キャベツ 梅ペースト 白滝 えのきだけ 長ねぎ	
小		小		小		小		小	
756		769		678		630		671	
2.2		2.2		2.9		2.0		1.9	
中		中		中		中		中	
927		912		892		760		787	
2.6		2.5		3.6		2.4		2.1	

1/21(水)

須原小学校6年生が考えた献立です

家庭科の時間を使って、6年生のみなさんで、

- ☑ 栄養バランス
- ☑ 地場産物・旬
- ☑ 味の組み合わせ
- ☑ 価格
- ☑ 彩りや調理法
- などさまざまなポイントを

ふまえて考えてくれました。お楽しみに♪



※献立は都合により変更になることがあります。

みなさんのおうちの「のっぺ」を  
おしえてください♪

1/15(木)に登場する「のっぺ」は昨年まで  
栄養教諭がいた燕市のレシピです。守門・  
入広瀬地域の「のっぺ」を受け継いでいく  
ために、給食掲示板や給食指導で紹介したいと思ひます。  
年末年始で「のっぺ」を作れる方は、ぜひアンケートへ  
ご回答をお願いいたします！



# 1月 給食だよ！

守門学校給食センター

ことし 今年も 学校給食週間 を開催します！



23日(金)～29日(木)は「給食週間特別献立」です

1月24日～30日は全国学校給食週間です。給食のことに学び、給食や食べ物への感謝する気持ちをあらためて確認する期間です。  
守門給食センターでは、23日～29日に給食週間特別献立を提供します。  
今年度は教科とのつながりを題材にした献立が登場する予定です。お楽しみに！

給食の移り変わり ～今昔物語～

明治22年ごろ	昭和22年ごろ	昭和27年ごろ	昭和52年ごろ	現在
おにぎり 塩鮭 菜の漬物 など	脱脂粉乳・ トマトシチュー	コッペパン・ 脱脂粉乳・鯨の竜田 揚げなど(パンが中心)	カレーライス・ 牛乳・塩もみ野菜など (ごはんが登場)	郷土料理 や 行事食、 世界の料理 など多様 な献立(生きた教材)

学校給食は、今から約130年前の明治22年(1889年)に山形県の小学校で  
始まりました。現在の給食は、栄養をとる食事としてだけでなく、バランスの  
よい食生活や地域の食文化、食事のマナー、感謝の心を学ぶ食育の生きた  
教材としての役割も果たしています。



今年の題材は「給食と教科をつなげてみよう」

日時・教科	テーマ	ポイント
1/23(金) 国語	ごんぎつね	○ 小学校4年生が登場する物語。 ○ きつねの「ごん」がおそなえていた食材を用いました。
1/26(月) 社会・総合	ただみせん おうえん 只見線を応援しよう	○ 只見線は全線開通から今年で55年。 ○ 須原駅を代表して、玉川酒造さんの酒かすを「お汁」に使います。 ○ 終点駅の会津若松で名物の「ソースカツ丼」が登場します。
1/27(火) 算数・数学	いろいろな形を見付けよう	○ 長方形、円、三角、球など、料理には様々な形が含まれています。 ○ クイズ: いよかんは、1人1/6 カットです。170人分を用意するには、何個のいよかんが必要でしょうか？
1/28(水) 外国語	外国にゆかりのある料理	○ ハンバーガーは、言わずと知れた「アメリカ」の料理だと思いきや、実は、ドイツのハンブルクに由来する料理です。ハンブルクスタイルのステーキをパンにはさむスタイルがアメリカで普及しました。
1/29(木) 理科	植物のからだのつくり	○ 葉、茎、根、花・つぼみ、実など植物のからだのつくりを学べる献立です。それぞれの食感や味の特徴を味わいましょう。

