

# 給食だより

令和7年  
1月号

## 今月の産地消

【JA徳島県】……米  
【真相さん・山川町】…菜の花  
【ひまわり農産市鴨島店】…だいこん、かぶ  
白ねぎ、ブロッコリー  
【吉野川高等学校】…だいこん  
【美郷物産館】…すだち酢・ゆず酢

## 1月24日～30日は、全国学校給食週間です!

日本の学校給食は、明治22年、山形県鶴岡町(現:鶴岡市)の私立忠愛小学校で提供されたのが始まりとされています。その後、各地に広まったものの、戦争による食料不足で中断されてしまいました。

戦後、子どもたちの栄養不足を改善するため、昭和21年にアメリカの支援団体「LARA(アジア救済公認団体)」から、給食用物資の寄贈を受けて、翌年1月から学校給食が再開されることになりました。昭和21年12月24日に、東京都内の小学校で給食用物資の贈呈式が行われたことから、この日を「学校給食感謝の日」としましたが、昭和25年度からは、冬季休業と重ならない1月24日～30日までの1週間を「全国学校給食週間」とすることが定められました。

全国学校給食週間を通して、学校給食の意義や役割などを皆さんに知ってもらい、学校給食についてあらためて考える機会にしてほしいと思います。

### 学校給食の移り変わりを見てみよう!

**明治22年**

私立忠愛小学校で提供されたとされる給食。

**戦後(昭和20～30年代)**

支援物資の脱脂粉乳や缶詰、小麦粉などを使った給食。

**現在**

地域でとれる旬の食材を取り入れ、郷土料理や行事食、世界の料理など、食育の教材となる給食。

## ★22日(水)はふるさと給食の日

ごはん  
牛乳  
さばのみそ煮  
菜の花のおひたし  
菜の花……吉野川市産  
キャベツ…徳島県産  
押し麦汁  
だいこん…吉野川市産  
しいたけ…徳島県産

## ★20日(月)は中学生の考えた献立です。

11月に鴨島第一中学校の生徒さん3名が給食センターでの職場体験学習で給食の献立を考えました。献立のポイントを紹介いたします。  
「食べたいと思っただけでなく、鉄分もとれるように組み合わせを工夫しました。」

1月の献立に、きな粉揚げパン、ハンバーグ、さばのみそ煮、フルーツポンチ、青りんごゼリー、ヨーグルトを入れました。楽しみにしてください。



### 好きな給食アンケート結果発表

小学6年生と中学3年生対象に実施した、好きな献立とデザートを集計結果を報告します。(回答数438名)

**【好きな献立】**

1位 揚げパン(砂糖) (187名)  
2位 から揚げ (120名)  
3位 キムタク丼 (112名)  
4位 キムチ丼 (93名)  
5位 カレー (78名)

※以下、わかめごはん、きな粉揚げパン、さばのみそ煮、ハンバーグが続きます。

**【好きなデザート】**

1位 タルト (237名)  
2位 クレープ (146名)  
3位 フルーツポンチ (122名)  
4位 青りんごゼリー (83名)  
5位 大福 (80名)

※以下、プリン、桃、ヨーグルト、すだちゼリーが続きます。

### ◎1人当たりの個数

日	曜日	食品名	小	中
23	木	チキンナゲット	2個	3個

## 令和7年 1月分献立予定表

吉野川市学校給食センター

日	曜日	こんだてめい			しょくひんめい(ざいりょうめい)						えいようか 上段・小学校中学年 下段・中学校			
		しゅしょく つけるもの	牛乳	お か ず	血や肉や骨になるもの		体の調子を整えるもの		働く力や熱になるもの		エネルギー (kcal)	たんぱく 質 (g)	脂質 (g)	
					1群	2群	3群	4群	5群	6群				
8	水	ごはん	牛乳	ぶりのてりやき そくせきづけ ぞうに	ぶりのてりやき かまぼこ みそ	牛乳 しおこんぶ	にんじん	キャベツ だいこん しいたけ 白ねぎ	きゅうり しいたけ	米 もち	あぶら	641 736	23.3 25.3	16.1 16.5
9	木	わさんぼん入り きなこあげパン	牛乳	肉だんごはくさいのスープ ツナときゅうりのサラダ ♡ヨーグルト	きなこ ツナ 肉だんご	牛乳 ヨーグルト	にんじん ねぎ	はくさい しいたけ キャベツ きゅうり	きゅうり	コッペパン わさんぼんとう さとう 春雨	あぶら ドレッシング	633 719	25.2 28.5	25.0 28.1
10	金	麦ごはん	牛乳	ハヤシシチュー ♡フルーツのいちごゼリーあえ	牛肉 いんげん豆	牛乳	にんじん	たまねぎ しめじ みかん もも	しめじ	米 おし麦 じゃがいも ナタデココ いちごゼリー	あぶら	656 772	17.6 20.1	15.6 17.1
14	火	キャラメルパン	牛乳	スパゲティミートソース コールスローサラダ	ぶたひき肉 大豆 チキンハム	牛乳	にんじん ピーマン トマト	たまねぎ キャベツ コーン きゅうり	きゅうり	キャラメルパン スパゲティ	あぶら ドレッシング	608 751	23.4 28.1	18.0 20.8
15	水	ごはん	牛乳	さわらのすだちしょうゆかけ ごまあえ ひじきのいために	さわら あぶらあげ 大豆 とり肉	牛乳 ひじき	ほうれんそう にんじん	すだち キャベツ こんにゃく れんこん	れんこん	米 さとう でんぷん	あぶら ごま	641 761	27.3 31.8	16.8 18.6
16	木	コッペパン みかんジャム	牛乳	ポークチャップ だいこんのコンソメスープ れんこん&ポテトフライ	ぶた肉 チキンウインナー	牛乳 青のり	にんじん パセリ	たまねぎ だいこん れんこん	だいこん	コッペパン さとう でんぷん じゃがいも みかんジャム	あぶら	631 719	25.0 28.5	21.1 24.0
17	金	ごはん 小魚つくだに	牛乳	とりとだいこんのみそに わかめのすのもの	とり肉 みそ さつまあげ うずらたまご	牛乳 わかめ 小魚つくだに	にんじん いんげん	しょうが こんにゃく だいこん キャベツ きゅうり すだち	きゅうり	米 さとう	あぶら	610 715	22.2 25.4	16.2 18.1
20	月	ぶたキムチ チャーハン	牛乳	かぼちゃのひき肉フライ ワンタンスープ ♡青りんごゼリー	ぶた肉 かぼちゃひき肉フライ ワンタン	牛乳	ねぎ にんじん	にんにく たまねぎ はくさい キャベツ はくさいキムチ	たまねぎ	米 さとう 青りんごゼリー	あぶら ごまあぶら	679 825	18.9 22.2	21.4 25.9
21	火	コッペパン パンにぬるチーズ	牛乳	チリコンカン ハムとれんこんのサラダ	ぶたひき肉 大豆 きんとき豆 てぼう豆 チキンハム	牛乳 チーズ	にんじん トマト	にんにく たまねぎ キャベツ れんこん きゅうり	たまねぎ	コッペパン じゃがいも さとう	あぶら ドレッシング	619 703	25.1 28.5	21.3 23.3
22	水	ごはん	牛乳	♡さばのみそに なの花のおひたし おし麦じる	さばのみそに とり肉 ちくわ とうふ	牛乳	なの花 にんじん ねぎ	キャベツ しいたけ だいこん	しいたけ	米 さとう おし麦	あぶら	647 796	23.3 28.5	21.7 26.7
23	木	ココアパン	牛乳	カレーうどん チキンナゲット そえやさい	ぶた肉 いんげん豆 チキンナゲット	牛乳	にんじん	にんにく たまねぎ キャベツ	たまねぎ	ココアパン うどん	あぶら ドレッシング	652 779	25.3 30.2	21.9 25.9
24	金	ごはん	牛乳	おやこどんのぐ ならえ	とり肉 たまご あぶらあげ	牛乳	にんじん ねぎ	たまねぎ しめじ こんにゃく だいこん れんこん ゆず	しめじ	米 さとう	あぶら ごま	625 736	23.0 26.4	18.1 20.2
27	月	ごはん あじつけのり	牛乳	ますのしおやき ゆかりあえ だいず入りきんぴらごぼう	ます 大豆 ぶた肉 ちくわ	牛乳 くきわかめ あじつけのり	にんじん 赤しそ	キャベツ こんにゃく ごぼう	ごぼう	米 さとう	あぶら ごま ごまあぶら	641 759	30.1 35.0	17.1 19.1
28	火	コッペパン	牛乳	♡ハンバーグのケチャップソース ブロッコリーとコーンのサラダ ABCスープ	ハンバーグ ベーコン	牛乳	ブロッコリー にんじん パセリ	キャベツ コーン たまねぎ	たまねぎ	コッペパン さとう マカロニ じゃがいも	ドレッシング	653 766	25.3 29.9	24.2 28.7
29	水	ごはん	牛乳	マーボーどうふ もやしとチキンのナムル	ぶたひき肉 とうふ みそ サラダチキン	牛乳	ねぎ にんじん	しょうが にんにく たまねぎ たけのこ しいたけ きゅうり グリーンピース もやし	たまねぎ	米 さとう でんぷん	あぶら ごまあぶら ドレッシング	621 737	25.1 29.2	19.2 21.6
30	木	さつまいもパン	牛乳	冬やさいのクリームシチュー ひよこ豆とツナのサラダ	とり肉 ツナ いんげん豆 ひよこ豆	牛乳	にんじん	たまねぎ しめじ かぶ カリフラワー きゅうり キャベツ	きゅうり	さつまいもパン	あぶら ドレッシング	618 705	24.5 28.1	21.2 23.9
31	金	きんとき豆入り ばらずし	牛乳	れんこんのひき肉はさみあげ ふしめんじる	あぶらあげ こうやどうふ きんとき豆 たまご れんこんのひき肉 はさみあげ	牛乳 わかめ	にんじん ねぎ	ゆず こんにゃく ごぼう たまねぎ しいたけ	たまねぎ	米 さとう ふしめん	あぶら	626 714	20.1 22.5	16.6 18.2

♡マークは、好きな給食ランキング上位の献立です。

◎材料の購入その他の理由による変更をご了承ください。

※毎日の給食が、吉野川市のホームページでご覧になれます。

※8日(水)の雑煮には「もち」、17日(金)の鶏と大根のみそ煮には「うずら卵」を使っています。のどに詰まらせないよう、気を付けてお召し上がりください。

