令和２年度

1月の予定献立表

予定献立表等は，松島町教育委員会のホームページhttp://matsushima.ed.jpでもご覧いただけます。

松島町学校給食センター

日	曜	献立名（こんだてめい） ＊牛乳（ぎゅうにゅう）は，まい日つきます 『はし』は，まい日もってきてください	給食休みの学校学年	使用する主な食品 〜 ★は宮城県内産、◎は**松島産**の食品です。 〜 〈赤の食品〉おもに 血や肉になる	〈緑の食品〉おもに 体の調子を整える	〈黄の食品〉おもに 熱や力になる	栄養価 エネルギー Kcal / たんぱく質 g 小学校	中学校
7	木	米粉フォカッチャ　♪**豚肉と大豆のトマト煮** ♪**ごぼうサラダ**　白菜とベーコンのスープ	全幼	★牛乳 ★豚肉 大豆 ツナ ベーコン	◎**松島産トマト** たまねぎ エリンギ ごぼう きゅうり にんじん ◎**松島産はくさい** パセリ	パン 米油 上白糖 マヨネーズ ドレッシング じゃがいも	600 27.0	811 36.0
8	金	ごはん 鮭の照り焼き 仙台雑煮 お正月 れんこんと切干大根のキムチ炒め こんだて	全幼	★牛乳 鮭 ★豚肉 ★鶏肉 なると 高野豆腐	れんこん 切干だいこん にら ◎**松島産だいこん** にんじん ごぼう ずいき ★せり	◎**松島産ごはん** ごま油 もち	610 30.4	786 37.6
12	火	ミルクパン　♪**チキンナゲット**(幼小2中3) ♪**キャロットサラダ** ♪**コーンポタージュスープ**　♪リクエストメニュー		★牛乳 鶏肉 ツナ 生クリーム	にんじん きゅうり たまねぎ コーン パセリ	パン 大豆油 ドレッシング バター じゃがいも	663 22.9	916 31.0
13	水	ごはん　♪**さんまのオレンジ煮** ♪**ほうれんそうのごま和え** ♪**豆腐とだいこんのみそ汁**		★牛乳 さんま 豆腐	ほうれんそう もやし にんじん ◎**松島産だいこん** ◎**松島産ねぎ**	◎**松島産ごはん** ごま じゃがいも	600 24.2	788 29.8
14	木	♪**金時豆パン**　♪**豆腐ハンバーグ** ビーンズパスタスープ スイートスプリング		★牛乳 豆腐 鶏肉 ひよこ豆 大豆 フランクフルト	◎**松島産トマト** たまねぎ エリンギ まいたけ にんじん キャベツ えだ豆 パセリ スイートスプリング	パン 米油 上白糖 マカロニ	575 23.4	804 30.9
15	金	ごはん ポークカレー だいこんサラダ プルーン風味ヨーグルト		★牛乳 ★豚肉 ヨーグルト	たまねぎ にんじん ◎**松島産トマト** ◎**松島産だいこん** キャベツ にんじん アスパラガス コーン	◎**松島産ごはん** 米油 じゃがいも ドレッシング	685 20.5	863 24.3
18	月	ごはん 春巻き ほうれんそうとわかめのナムル 中華コーンスープ 幼のみ:やさいふりかけ		★牛乳 豚肉 わかめ ロースハム ★鶏卵	たけのこ ほうれんそう 豆もやし にんじん えのきたけ コーン チンゲンサイ	◎**松島産ごはん** 大豆油 小麦粉 上白糖 ごま ごま油 でん粉	694 19.5	831 23.0
19	火	ソフトパン ロングウインナー(ケチャップ) キャベツソテー シーフードシチュー		★牛乳 ウィンナー えび いか 生クリーム	キャベツ コーン パプリカ たまねぎ にんじん パセリ	パン 米油 じゃがいも	610 23.2	816 29.3
20	水	ごはん　♪**赤魚の立田揚げ** 昆布とごぼうの炒め煮 はくさいと油麸のみそ汁		★牛乳 赤魚 ★豚肉 こんぶ 豆腐	ごぼう 豆もやし にんじん ◎**松島産はくさい** ◎**松島産ねぎ**	◎**松島産ごはん** 大豆油 でん粉 米油 上白糖 ★油麸	604 27.4	782 33.6
21	木	♪**チョコパン**　♪**オムレツトマトソース** えだ豆とコーンのソテー ミートボールスープ		★牛乳 鶏卵 ベーコン 鶏肉 豚肉	◎**松島産トマト** たまねぎ えだ豆 コーン にんじん キャベツ	パン 上白糖 バター じゃがいも	657 25.2	901 32.6
22	金	ごはん　♪**チンジャオロースー** たらとチンゲンサイのスープ りんご		★牛乳 ★豚肉 たら 豆腐	たけのこ ピーマン パプリカ にんじん ◎**松島産はくさい** チンゲンサイ りんご	◎**松島産ごはん** ごま油 上白糖	601 26.4	797 33.0
25	月	♪**わかめごはん**　♪**鶏肉のからあげ**(幼小2中3) ♪**小松菜のおひたし**　♪**豚汁**	全国学校給食週間	★牛乳 わかめ 鶏肉 ★豚肉 豆腐	小松菜 もやし ◎**松島産だいこん** ごぼう にんじん ◎**松島産ねぎ**	◎**松島産ごはん** 大豆油 でん粉 上白糖 じゃがいも	622 28.6	810 37.1
26	火	♪**米粉パン**　♪**ハンバーグデミグラスソース** ♪**ブロッコリーサラダ**　♪**たまごスープ**		★牛乳 豚肉 ★鶏肉 ★鶏卵	◎**松島産トマト** たまねぎ ブロッコリー きゅうり コーン にんじん キャベツ パセリ	パン 米油 上白糖 ドレッシング でん粉	601 28.0	818 36.8
27	水	♪**ごはん**　♪**さばのみそ煮**　♪**きんぴらごぼう** ♪**春雨スープ**		★牛乳 さば ★豚肉 えび	ごぼう にんじん きぬさや もやし キャベツ ◎**松島産ねぎ**	◎**松島産ごはん** ごま 米油 ごま油 上白糖 はるさめ	652 23.7	854 30.2
28	木	♪**チーズパン**　♪**鶏肉の照り焼き** ♪**コールスロー**　♪**ミネストローネ**		★牛乳 鶏肉 ウインナー 大豆	キャベツ コーン にんじん たまねぎ ◎**松島産トマト**	パン ドレッシング 米油 じゃがいも マカロニ	635 29.9	895 39.6
29	金	**宮城県産黒毛和牛と松島産トマトのハヤシライス** ♪**海藻サラダ**　ぽんかん		★牛乳 ★牛肉 わかめ こんぶ とさかのり	たまねぎ にんじん ◎**松島産トマト** マッシュルーム きゅうり キャベツ コーン ぽんかん	◎**松島産ごはん** 米油	696 26.3	882 32.5

＊都合により献立を変更する場合があります。

月平均栄養価:エネルギー　たんぱく質　脂質　塩分

小学校:632Kcal　25.4g　21.0g　2.4g

中学校:833Kcal　32.3g　25.1g　3.1g

給食だより 1月

あけましておめでとうございます

全国学校給食週間 1月24日~30日

全国学校給食週間は、昭和25年度から始まった取り組みで、学校給食への理解や関心を深めることを目的に実施されます。学校給食はもともと貧しい子どもたちを飢えから救い、栄養状態を改善させるためのものでしたが、現在では、子どもたちが望まし

♪リクエストメニュー＊

＊好き！また食べたい！毎日でも食べたい！人気！などのメニュー

先日募集した「リクエストメニュー」の主食・主菜・副菜・汁物 ごとのランキングです。

☞☞☞

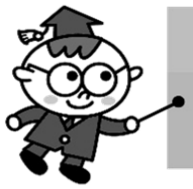
今月からの給食に登場します。上位にランクイン



1月29日（金）

【宮城県産黒毛和牛と松島産トマトのハヤシライス】

新型コロナウイルスの影響で消費が落ち込んでいる和牛の生産者を応援するため、支援事業を活用して 県産黒毛和牛を給食で提供します。



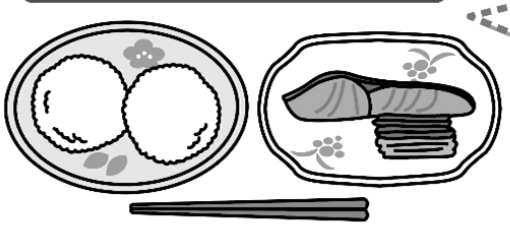
1月24日～30日「全国学校給食週間」

日本の学校給食の歴史を知ろう！

学校給食は、明治22年に山形県鶴岡町（現在の鶴岡市）の私立忠愛小学校で、貧しい家庭の子どもたちに昼食を提供したことが発祥とされています。その後、給食の取り組みは全国各地へと広がりましたが、戦争の影響で食料が不足し、実施できなくなってしまいました。



明治22年（1889年）



おにぎり　塩ザケ　漬物

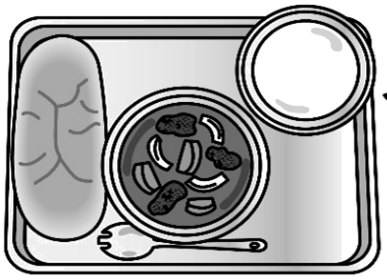
忠愛小学校は大督寺というお寺の中にあり、お坊さんたちが米や野菜、魚などで食事を作って、無償で提供していました。



戦後、子どもたちの栄養状態を改善しようと、アメリカのLARA（アジア救援公認団体）という民間団体から贈られた物資を使い、給食が再開されました。昭和21年12月24日に贈呈式が行われたことを記念して、この日を「学校給食感謝の日」としましたが、冬休みに重なるため、昭和25年度からは1月24日～30日の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。



昭和25年（1950年）



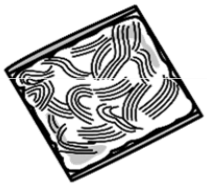
パン　ミルク　カレーシチュー

アメリカから寄贈された小麦粉を使い、「パン・ミルク・おかず」の完全給食が都市部で初めて実施され、昭和27年からは全国で始まりました。



昭和29年には「学校給食法」が制定され、学校給食の法的根拠が明確になり、教育活動として実施されることになりました。その後、時代に合わせて給食の内容もだんだんと変化していきました。

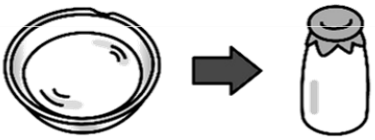
昭和38年（1963年）



主食として、ソフト麺が登場する

昭和39～43年（1964～1968年）

脱脂粉乳から牛乳へ切り替わる



昭和51年（1976年）

米飯給食が正式に始まる





社会環境の変化とともに、子どもたちを取り巻く環境も大きく変化し、近年では食習慣の乱れや偏った食事による肥満、生活習慣病の増加など、健康状態が心配されるようになりました。そんな中、平成17年に「食育基本法」が制定され、学校給食は食育を推進するための「生きた教材」としての役割も担うようになりました。



【給食費について】
給食費の指定口座からの引き落としは1月5日（火）です



毎月の献立表に目を通して、お子さんがどんな給食を食べているのか確認してください。

