

◎小学校中学年の盛り付け量となります。今回は1月19日(月)～30日(金)の献立を掲載しています!

1月19日(月) 食育の日	1月20日(火)
<div data-bbox="165 271 780 629"> <p>ラーメンサラダ</p> <p>イカの照り焼き</p>  </div> <div data-bbox="165 633 780 685"> <p>ご飯(白米)</p> <p>キムチ豚汁</p> </div> <div data-bbox="165 703 780 790"> <p>【小学校】エネルギー:528kcal たんぱく質:24.2g 【中学校】エネルギー:673kcal たんぱく質:30.8g</p> </div>	<div data-bbox="813 271 1430 629"> <p>グリーンサラダ</p> <p>鶏肉のトマト煮</p>  </div> <div data-bbox="813 633 1430 685"> <p>食パン</p> <p>肉団子とマロニーのスープ</p> </div> <div data-bbox="813 703 1430 790"> <p>【小学校】エネルギー:517kcal たんぱく質:28.1g 【中学校】エネルギー:625kcal たんぱく質:33.3g</p> </div>
1月21日(水)	1月22日(木)
<div data-bbox="165 889 780 1247"> <p>すき昆布の煮物</p> <p>国産プリのキャベツカツ</p>  </div> <div data-bbox="165 1252 780 1303"> <p>ご飯(白米)</p> <p>白菜のみそ汁</p> </div> <div data-bbox="165 1321 780 1408"> <p>【小学校】エネルギー:567kcal たんぱく質:17.2g 【中学校】エネルギー:728kcal たんぱく質:20.3g</p> </div>	<div data-bbox="813 889 1430 1247"> <p>ポテトサラダ</p> <p>ハンバーグデミグラスソース</p>  </div> <div data-bbox="813 1252 1430 1303"> <p>コッペパン</p> <p>麦とほうれん草のスープ</p> </div> <div data-bbox="813 1321 1430 1408"> <p>【小学校】エネルギー:576kcal たんぱく質:22.7g 【中学校】エネルギー:719kcal たんぱく質:28.2g</p> </div>
1月23日(金) カミカミデー	1月26日(月) 全国学校給食週間(※) いわての郷土料理「ひつつみ」
<div data-bbox="165 1529 780 1888"> <p>チキンカレー</p> <p>プレーンオムレツ</p>  </div> <div data-bbox="165 1892 780 1944"> <p>麦ご飯</p> <p>蓮根とひじきのサラダ</p> </div> <div data-bbox="165 1962 780 2049"> <p>【小学校】エネルギー:680kcal たんぱく質:23.4g 【中学校】エネルギー:879kcal たんぱく質:28.2g</p> </div>	<div data-bbox="813 1529 1430 1888"> <p>みそ野菜炒め</p> <p>かまいしはまゆりサクラマスの塩麴焼き</p>  </div> <div data-bbox="813 1892 1430 1944"> <p>ご飯(白米)</p> <p>ひつつみ</p> </div> <div data-bbox="813 1962 1430 2049"> <p>【小学校】エネルギー:552kcal たんぱく質:25.2g 【中学校】エネルギー:710kcal たんぱく質:32.3g</p> </div>

<p>1月27日(火) 全国学校給食週間(※) イタリアの郷土料理「ミネストローネ」</p>	<p>1月28日(水) 全国学校給食週間(※) 朝日町友好都市交流献立「たら汁」</p>
<p>ツナとブロッコリーの サラダ</p> <p>豆乳クリーム コロツケ</p>  <p>食パン</p> <p>ラビオリミネストローネ</p> <p>【小学校】エネルギー:616kcal たんぱく質:22.1g 【中学校】エネルギー:728kcal たんぱく質:25.7g</p>	<p>のり和え</p> <p>信田煮</p>  <p>ご飯(白米)</p> <p>たら汁</p> <p>【小学校】エネルギー:521kcal たんぱく質:22.4g 【中学校】エネルギー:637kcal たんぱく質:25.6g</p>
<p>1月29日(木) 全国学校給食週間(※) フランスの郷土料理「ポトフ」</p>	<p>1月30日(金) 全国学校給食週間(※) 北海道の郷土料理「どさん子汁」</p>
<p>ペンネと肉団子の トマト煮込み</p> <p>野菜のカップグラタン</p>  <p>食パン</p> <p>冬野菜のポトフ</p> <p>【小学校】エネルギー:602kcal たんぱく質:23.8g 【中学校】エネルギー:766kcal たんぱく質:28.5g</p>	<p>ひじきの煮物</p> <p>お魚ナゲット</p>  <p>ご飯(白米)</p> <p>どさん子汁</p> <p>【小学校】エネルギー:582kcal たんぱく質:23.2g 【中学校】エネルギー:754kcal たんぱく質:28.8g</p>
<p style="text-align: center;"><b>※全国学校給食週間</b></p>	
<p>戦後の食糧難で児童の栄養が悪化したため、学校給食再開の要望が高まり、昭和22年1月に米国救済団体からの物資提供を受けて給食が再開されました。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を記念し、この日が「学校給食感謝の日」とされました。</p> <p>さらに昭和25年度からは、給食の教育的効果を高めるため、1月24日～30日の期間が「学校給食週間」とされました。期間中には、学校給食の意義や役割について理解を深め関心を高めるため、全国で様々な行事が行われます。釜石市では様々な地域の郷土料理が給食に登場しました。</p>	