



日 (曜日)	こん 献	だて 立	めい 名	赤色のたべもの	黄色のたべもの	緑色のたべもの	栄養量 (小学校)	栄養量 (中学校)	日 (曜日)	こん 献	だて 立	めい 名	赤色のたべもの	黄色のたべもの	緑色のたべもの	栄養量 (小学校)	栄養量 (中学校)
				血や肉や 骨になるもの	ちからのもとに なるもの	からだの調子を ととのえるもの	エネルギー (Kcal) たん白質(g) 脂質(g) 塩分(g)	エネルギー (Kcal) たん白質(g) 脂質(g) 塩分(g)					血や肉や 骨になるもの	ちからのもとに なるもの	からだの調子を ととのえるもの	エネルギー (Kcal) たん白質(g) 脂質(g) 塩分(g)	エネルギー (Kcal) たん白質(g) 脂質(g) 塩分(g)
13 (火)	ごはん 牛乳 ちくぜんに				こめ		641	794	22 (木)	あんかけやきそば 牛乳 ミニくるパン しらたまだんごいり フルーツポンチ			ぶたにく いか うずらたまご 牛乳	ちゅうかめん あぶら でんぶん	にんじん たまねぎ キャベツ もやし ほしいたけ こまつな	651	812
				牛乳			26.8	32.8								26.2	32.1
				とりにく なまあげ	さといも あぶら さとう	こんにやく にんじん ごぼう れんこん さやいんげん しいたけ	13.3	15.2								20.1	24.1
							1.7	2.1								2.4	2.9
14 (水)	じゃこのつくだに おしるこ			ちりめんじゃこ あずき	さとう あぶら しらたまだんご さとう				23 (金)	ごはん 牛乳 ドライカレー かいそうサラダ かんきつドレッシング スライスパンズパン 牛乳			こめ			638	808
													牛乳			23.1	28.5
				たまご ぶたにく 牛乳	こめ むぎ さとう あぶら	しょうが	589	757					ぶたにく レンズまめ	じゃがいも あぶら こむぎこ	たまねぎ にんじん セロリ エリンギ にんにく トマト	23.1	28.5
							21.2	26.3								19.4	23.4
15 (木)	いもだんごじる みかんの あまずサラダ			あぶらあげ みそ	じゃがもち	チンゲンサイ ごぼう にんじん ねぎ	19.7	25.6	26 (月)	かいそうサラダ かんきつドレッシング スライスパンズパン 牛乳			わかめ くきわかめ こんぶ ツナ		キャベツ きゅうり にんじん とうもろこし	1.8	3.3
							2.4	3.0									
16 (金)	ラスク 牛乳 ポークシチュー				パン マーガリン さとう		658	813	27 (火)	トマトのスープ ハンバーグ ガーリックポテト スライスチーズ			とりにく あぶら マカロニ	たまねぎ トマト パセリ		647	806
				ぶたにく		じゃがいも こむぎこ バター あぶら	23.5	28.6					あぶら			30.0	36.6
							28.4	34.4					ハンバーグ	あぶら		29.3	34.7
							2.4	3.0						じゃがいも バター	にんにく	2.6	3.4
17 (土)	ひじきのツナあえ デザート			ツナ ひじき	さとう こま	ほうれんそう キャベツ			28 (水)	だいこんめし 牛乳 すいとん ひじきと だいずのにももの やきししゃも			あぶらあげ 牛乳	こめ むぎ さとう	だいこん	561	722
																25.2	35.6
																15.1	18.9
																2.4	3.5
18 (日)	チャーハン 牛乳 ビーフンスープ			ぶたにく なると たまご	こめ むぎ あぶら ごまあぶら	ねぎ	592	752	29 (木)	ごはん 牛乳 カレカレ キニラウ			こめ			643	779
							22.8	28.5					とりにく いんげんまめ	あぶら ねりごま	なす チンゲンサイ たまねぎ にんにく	27.2	33.2
							24.7	30.9								18.2	21.4
							2.4	2.5					たこ	オリーブあぶら	セロリ きゅうり たまねぎ レモン あかピーマン	1.4	1.9
19 (月)	ツナポテトサラダ ヨーグルト			ツナ	じゃがいも マヨネーズ	たまねぎ きゅうり			30 (金)	くだもの ちゃんぽん 牛乳 ミニこめこパン あげくじらの ごしきに デザート					バナナ		
20 (火)	ごはん 牛乳 とんじる				こめ		613	755	31 (土)	ぶたどん 牛乳 むらくもじる くだもの			ぶたにく いか えび	ちゅうかめん あぶら さとう	たまねぎ もやし キャベツ	657	827
				ぶたにく とうふ みそ	さといも あぶら	だいこん ごぼう にんじん ねぎ こんにやく	26.5	32.4								35.8	44.6
							21.7	25.7					くじら だいず	でんぶん さつまいも あぶら さとう	にんじん チンゲンサイ	23.5	28.5
							1.9	2.6								2.5	3.4
21 (水)	さけのバターじょうゆいため キャロットライス はっこう乳 えびクリームソース まめのサラダ			さけ	バター	たまねぎ えのきたけ			32 (日)				こめ むぎ あぶら さとう	しょうが にんにく たまねぎ ごぼう しいたけ しらたき		647	806
							674	836								29.7	37.0
							25.5	31.9								20.4	24.4
							14.7	18.8					牛乳			1.9	2.5
22 (木)	牛乳 くだもの			ハム だいず きんときまめ しろいんげんまめ	さとう	キャベツ えだまめ	2.4	3.2	33 (月)				とりにく とうふ たまご	でんぶん あぶら	たまねぎ にんじん ねぎ ほうれんそう ぼんかん		

*行事等の都合により献立を変更することがありますのでご了承ください。

— 1月24日から30日は —



給食が始まったのはいつから？

日本の学校給食は、山形県鶴岡町の私立忠愛小学校において、明治22年に無償で始まったとされています。その目的は、貧困児を救うためのものでした。

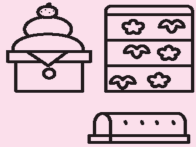
愛川町では、1月26日から30日までの5日間を給食週間とし、給食のことや食育のことをより深く知ってもらうための日としています。

★給食に関する届出について

- 給食を停止する場合…病気やけが、入院等の理由により、連続して5日以上給食を欠食する場合は、届出の提出があった日から5日後より給食を停止することができます。停止を希望する場合は、「学校給食申込変更届出書」(町HPより取得可)に必要事項を記入の上、学校まで提出してください。
 - 給食を再開する場合/喫食内容を変更する場合…再開時期や変更内容等を学校にご相談の上、「学校給食申込変更届出書」を提出してください。
- ※食材の調達、停止に平日中4日が必要となりますので、速やかに手続きを行ってください。

1 January

- 7日/七草
七草がゆで、おなか休めをしましょう。
- 11日/鏡開き
鏡餅を小さく切って、おしるこなどにして食べます。甘くて、体が温まって、幸せな気持ちになります。
- 17日/おむすびの日
阪神淡路大震災の際、「おむすびの炊き出し」が人々の助けになった経緯から、震災の発生日が記念日。



鏡もちのいわれ

鏡もちの飾りにはそれぞれ意味があります。

- 裏白/「長寿と夫婦円満」
- コンブ/「喜ぶ」
- ダイダイ(ミカン)/「代々栄える」
- くしガキ/「幸運を取り込む」
- ユズリハ/「家系が絶えずに続く」

※関西のある地方では「先祖代々(ダイダイ)、ニコニコと仲良く(串ガキが両端に2つ、少し間をおいて中に6つ付いている)、よろこぶ(コンブ)ことが、重なりますように(モチを重ねる)」と言って、飾るそうです。

★1月分の給食費引き落とし日は、2月2日(月)です。残高のご確認をお願いします。