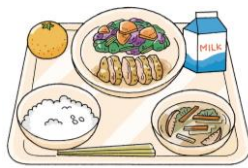


1月 給食だより



ひがし伊豆町立学校 給食センター

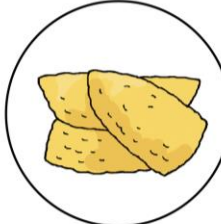
あけましておめでとうございます。いよいよ今年度最後の学期が始まりました。本年も、安全でおいしい給食を作っているよう努めてまいりますので、よろしくお願いいたします。




おせち料理のいわれ

お正月には、おせち料理を食べますが、それぞれの料理にどんな意味があるか知っていますか？実は、下にあるように、健康や長寿などの祈りが込められています。なんとなく食べるだけではなく、それぞれの料理に込められた祈りを感じながら味わって食べるのが良いですね。

数の子
数の子は、にしんの卵です。卵が多いことから、子孫繁栄の願いが込められています。



田づくり
田んぼにこいわしの肥料をまいたことから、田づくりと呼ばれ、豊作の願いがあります。



黒豆
まめは、まめに働き(勤勉)、まめに生きる(健康)という願いがあります。



たたきごぼう
ごぼうは、根が地中深くに入ることや豊年や息災の願いが込められています。



こぶ巻き
昔は「ひろめ」と呼ばれ祝儀に用いられ、また、「喜ぶ」の言葉にかけた縁起物です。



えび
えびのように、腰が曲がるまで長生きできるようにとの願いが込められています。



きんとん
きんとん(金団)には、財宝などの意味があります。金運への願いが込められています。



伊達巻き
巻物に似た形から文化、学問、教養を持つことを願ったといわれています。




1月24日から30日は
全国学校給食週間

東伊豆町の給食では、地域ならではの献立や県内産、地場産の食材を取り入れた献立を組み込みました！これを機に、ぜひご家庭でも給食の思い出など、話をしてみてください。

給食は生きた教材

給食では、準備から片付けの実際の活動をくり返し行うことで、望ましい食習慣と、食に関する実践力を身につけることができます。また、給食を通じて、食べたことのない食材や味を知る、食経験にもつながるため、できるだけ好き嫌いせず、様々な食材に触れてほしいです。



給食の様子について

☆熱川小学校☆

1・2年生では、給食の身支度について食育指導を行ないました。指導を行ってから、訪問にいく度に、「きちんと手を洗えたよ！」「髪の毛が出ないように、上手に給食帽子をかぶれるようになったよ！」と報告をしてくれ、日頃から意識してくれていることが伝わります。

3～6年生では、地場産物や地産地消についての話をしました。給食で提供されている地場産物を紹介すると、「東伊豆町にはおいしい食材がたくさんあるね！」「他にどんな食材が育てられているのかもっと知りたい！」と大変興味を持ってくれました。



令和6年 1月 学校給食献立表

東伊豆町立学校給食センター

日	予定献立		主に 体をつくる (赤色の食品)		主に 熱や力のもと (黄色の食品)		主に 体の調子を整える (緑色の食品)			幼稚園	稲取小	熱川小	稲取中	熱川中	エネルギー 上：幼稚園 中：小学校 下：中学校				
10	水	ちゅうかめん 牛乳	はるまき	ぎゅうにゅう	ちゅうかめん										369				
キムチあえ			ぶたにく はるさめ	こむぎこ あぶら さとう かたくりこ	たけのこ にんじん キャベツ ねぎ しょうが にんにく しいたけ										620				
ちゅうかふうあんかけ			こんぶ	さとう	キャベツ きゅうり だいこん トマト にんにく しょうが りんご											762			
			ぶたにく いか	ごまあぶら かたくりこ あぶら	たまねぎ にんじん しいたけ もやし														
11	木	むぎごはん 牛乳	ハヤシライスソース	ぎゅうにゅう	こめ むぎ										470				
ごまドレッシングあえ			ぶたにく	あぶら バター	たまねぎ にんじん にんにく トマト										762				
ぎゅうにゅうプリン			ごま さんおんとう あぶら	ほうれんそう キャベツ コーン												912			
			ぎゅうにゅう なまクリーム たまご かんてん	さとう															
12	金	むぎごはん 牛乳	あじのひものすあげ	ぎゅうにゅう	こめ むぎ										402				
ごまあえ			あじ	あぶら											657				
とりにくとこんさいのしる			ごま さとう	ほうれんそう もやし												773			
			とりにく とうふ かつおぶし	さつまいも	だいこん ごぼう ねぎ しいたけ														
15	月	マーガリンパン 牛乳	クリームシチュー	ぎゅうにゅう	パン マーガリン										358				
コーンサラダ			とりにく ぎゅうにゅう なまクリーム	じゃがいも こむぎこ あぶら バター											734				
バナナ			さとう あぶら	キャベツ コーン レモン												928			
					バナナ														
16	火	むぎごはん 牛乳	やきにく	ぎゅうにゅう	こめ むぎ										384				
からしあえ			ぶたにく	さとう あぶら	しょうが にんにく										689				
すましじる			さとう	ほうれんそう												852			
			とうふ かつおぶし		にんじん えのき みつば														
17	水	うどん 牛乳	いもかりんとう	ぎゅうにゅう	うどん										385				
やさいのツナあえ				さつまいも さとう あぶら ごま											646				
きつねじる			ツナ	さんおんとう	ほうれんそう キャベツ コーン										821				
			とりにく あぶらあげ かつおぶし	さとう	たまねぎ にんじん ほうれんそう しいたけ														
18	木	むぎごはん 牛乳	キャベツのやきにくふう	ぎゅうにゅう	こめ むぎ										319				
ちゅうかサラダ			ぶたにく	ごま あぶら かたくりこ さとう	キャベツ にんじん ビーマン しょうが にんにく										595				
ワンタンスープ			ごまあぶら さとう	にんじん もやし												734			
			とりにく	ワンタン	にんじん もやし しいたけ														
19	金	むぎごはん 牛乳	さんまのみぞれに	ぎゅうにゅう	こめ むぎ										406				
こみあえ			さんま	さとう かたくりこ	だいこん										678				
とうにゅうさつまじる			かつおぶし	ごま さとう	ほうれんそう キャベツ										834				
			とりにく あぶらあげ かつおぶし とうにゅう	さつまいも	だいこん にんじん ごぼう														
22	月	しょくパン 牛乳	いちごジャム	ぎゅうにゅう	しょくパン										342				
とりにくのレモンに				さとう みずあめ	いちご										736				
コールスローサラダ			とりにく	さとう あぶら かたくりこ	レモン										919				
コーンチャウダー			とりにく ベーコン ぎゅうにゅう	じゃがいも こむぎこ バター	キャベツ きゅうり にんじん コーン														
23	火	むぎごはん 牛乳	マーボーとうふ	ぎゅうにゅう	こめ むぎ										431				
ポークパオズ			ぶたにく とうふ		しょうが にんにく たまねぎ にんじん しいたけ										725				
ハンサンスウ			ぶたにく	こむぎこ あぶら ごまあぶら	キャベツ たまねぎ たけのこ しいたけ										879				
			はるさめ	さんおんとう ごまあぶら	にんじん キャベツ きゅうり もやし														
24	水	ソフトめん 牛乳	カレーソース	ぎゅうにゅう	ソフトめん										389				
フレンチサラダ			ぶたにく	あぶら こむぎこ さとう	にんじん たまねぎ しょうが にんにく トマト										679				
スライスパン				あぶら さんおんとう	キャベツ にんじん きゅうり コーン										861				
					パン														
25	木	げんなりすしふう まぜごはん 牛乳	かますおちゃフライ	ぎゅうにゅう ツナ	こめ さんおんとう										396				
とんじる			かます	こめ	りょくちや										664				
みかん			かつおぶし こんにゃく	さといも あぶら	だいこん にんじん ごぼう ねぎ										823				
					みかん														
26	金	むぎごはん 牛乳	さけのしおやき	ぎゅうにゅう	こめ むぎ										366				
おひたし			さけ												618				
いなとりふうけんちんじる			さとう ごま	ほうれんそう もやし											773				
			とうふ かつおぶし	さといも	だいこん にんじん ほうれんそう														
29	月	きなこあげパン 牛乳	ポークビーンズ	ぎゅうにゅう だいす	パン さとう あぶら										345				
マカロニサラダ			だいす ぶたにく ベーコン なまクリーム	じゃがいも あぶら さんおんとう	にんにく たまねぎ にんじん トマト										738				
アシドミルク				マカロニ マヨネーズ	にんじん キャベツ きゅうり										910				
			だっしふんにゅう	さとう															
30	火	むぎごはん 牛乳	チキンカレー	ぎゅうにゅう	こめ むぎ										464				
フルーツポンチ			とりにく	こむぎこ じゃがいも あぶら	たまねぎ にんじん にんにく										798				
ふくじんづけ				しらたまだんご	みかん もも パイン										995				
			さとう	だいこん きゅうり しょうが なす れんこん しそ															
31	水	ちゅうかめん 牛乳	あげぎょうざ	ぎゅうにゅう	ちゅうかめん										351				
ピリカラサラダ			とりにく ぶたにく	パンこ ごまあぶら こむぎこ あぶら	キャベツ いら にんにく										590				
しょうゆラーメンスープ				あぶら さとう ごまあぶら	キャベツ もやし きゅうり にんじん しょうが にんにく										723				
			ぶたにく なんと		もやし にんじん ねぎ ほうれんそう メンマ														
1月の給食実施回数(△印の上に記載の学年は無し)															16	16	15	15	15

* 物資の都合により、献立を変更する場合があります。

* 12日にアジ、19日にサンマ、25日にカマス、26日にサケが出ます。
骨に気をつけてよく噛んで食べましょう！

* 24日～30日は「学校給食週間」です。期間中は以下の献立を提供します◎

- 24日…静岡県産野菜活用献立
- 25日…東伊豆町の郷土料理を再現した献立
- 26日…日本で初めて提供された献立
- 29日…アスリート献立
- 30日…昔から人気の給食

1か月平均	幼稚園	小学校 中学年	中学校
エネルギー(kcal)	386	638	844
たんぱく質(g)	14.6	26.7	32.4
脂質(g)	11	22.5	26.5
食塩(g)	1.5	2.2	2.9

