



スクールランチ

岩国市立岩国小学校

1月前半 よていこんだてひょう

2021. 1. 8

曜日	こんだてめい	ざいりょうめい				栄養量 エネルギー (kcal) たん白質 (g)	たべ て ち ね
		おもにエネルギー のもとになる食品	おもに体をつくる もとになる食品	おもに体の調子を整える もとになる食品	その他の食品		
火	ごはん	ごはん	ぎゅうにゅう			694	肉 海藻 いも
	ぶりのてりやき	さとう でんぷん	ぶり	しょうが	しょうゆ しお みりん		
	こうはくなます	ごま さとう	しらすぼし	だいこん にんじん	す しょうゆ しお		
	しらたまぞうに	しらたまもち(もちごめ)	かまぼこ あぶらあげ とり	みずな はくさい にんじん ほししいたけ	しょうゆ しお かつおぶし こんぶ		
水	パン くろまめきなこクリーム	パン ごまあぶら さとう	ぎゅうにゅう きなこ くろまめ にゅうとう			645	魚 豆製品
	ポトフ	じゃがいも	とりにく ポークウインナー ベーコン	たまねぎ にんじん かぶ キャベツ	チキンスープ しお こしょう		
	ごぼうサラダ	マヨネーズ ごま	ツナみずに	ごぼう にんじん きゅうり とうもろこし	しょうゆ		

6年2組代表献立 「カラフルなごはんにしよう！」

木	いわくにずしふう	ごはん さとう	ぎゅうにゅう きんしたまご	れんこん しゅんぎく ほししいたけ にんじん	しょうゆ すしず	626	魚 海藻 野菜
	たこつみれじる		たこボール(たこ タラ)とうふ	にんじん こまつな たまねぎ えのき	しょうゆ かつおぶし こんぶ		
	ぜんざい	しらたまもち(もちごめ) あずき さとう			しお		
金	パン	パン	ぎゅうにゅう			630	卵 海藻 豆製品
	さけとかぶのクリームに	じゃがいも バター こむぎこ	とりにく さけ しろはなまめ ぎゅうにゅう	かぶ にんじん ブロッコリー グリーンピース	しろワイン しお こしょう チキンスープ		
	チンゲンサイとハムのソテー	あぶら	ベーコン	チンゲンサイ キャベツ とうもろこし	しお こしょう		

地場産給食週間18日~22日

6年1組代表献立 「あったかいろどり給食」

月	ごはん	ごはん	ぎゅうにゅう			691	魚 野菜 乳製品
	チキンチキンれんこん	あぶら でんぷん さとう	とりにく(長州黒かしわ)	れんこん	しょうゆ みりん		
	やさいスープ	じゃがいも	ベーコン	たまねぎ こまつな にんじん	チキンスープ しお こしょう しょうゆ		
	みかん			みかん			
火	ごはん	ごはん	ぎゅうにゅう			586	豆製品 いも 海藻
	ふぐじる		まふぐ ぶたにく とうふ かまぼこ あぶらあげ	にんじん はくさい ねぎ ほししいたけ	こんぶ かつおぶし しょうゆ しお		
	ひじきのにつけ ぼんかん	さとう	ひじき だいず きくらげてんぷら	にんじん ぼんかん	しょうゆ		
水	まるパン とんかつソース	パン	ぎゅうにゅう		とんかつソース	673	魚 海藻 豆製品
	やさいコロッケ	じゃがいも さとう あぶら こむぎこ パンこ		れんこん ほうれんそう にんじん たまねぎ	しお		
	ボイルキャベツ おのちやムース		れんにゅう ぎゅうにゅう クリーム	キャベツ りよくちや ほうれんそう	しお		
	たまごいりわかめスープ	ごま	たまご わかめ ぶたにく	だいこん にんじん ねぎ	しお こしょう しょうゆ		
木	ごはん	ごはん	ぎゅうにゅう			619	魚 乳製品 いも
	たかもりぎゅうのすきやき	いとこんにやく あぶら さとう	たかもりぎゅう とうふ	はくさい にんじん しろねぎ えのき ほししいたけ しゅんぎく	しょうゆ さけ しお		
	カリポリがらめ	さとう ごま	かたくちいわし だいず		しょうゆ		
金	パン	パン	ぎゅうにゅう			604	卵 海藻 果物
	はなっこりーのとうにゅうシチュー	バター こむぎこ じゃがいも	とりにく だいず とうにゅう	たまねぎ にんじん はくさい はなっこりー	しお こしょう チキンスープ		
	だいこんサラダ	マヨネーズ	ツナ	だいこん ほうれんそう とうもろこし	しょうゆ		

(都合により献立を変更することがあります。)

新しい年を迎えました。今年も食生活に気をつけて元気に過ごしましょう。

さてみなさん、学校給食はいつから始まったの知っていますか？毎日当たり前に食べている給食ですが、その歴史は100年以上前から始まっています。25日~29日は岩国小学校の学校給食週間です。この機会に学校給食について考えてみましょう。

学校給食の献立の移りかわり

※献立の内容は、独立行政法人日本スポーツ振興センターの献立レプリカを参考。

明治22年	昭和22年	昭和25年	昭和40年	昭和52年
おにぎり・塩さけ・ 菜の漬物	ミルク(脱脂粉乳)・ トマトシチュー	コッパン・ミルク(脱脂粉乳)・ ポタージュスープ・コロッケ・ せんキャベツ・マーガリン	ソフトめんのカレーあん かけ・牛乳・旨酢あえ・ 果物(黄桃)・チーズ	カレーライス・牛乳・塩もみ・ 果物(バナナ)・スープ



学校給食は、明治22年に山形県の
私立忠愛小学校において始まったとされ
ています。貧しくて生活に困っている子
どもたちを対象に無償で出されました。
現在は栄養バランスのよれた豊かな献立
で、子どもたちの健康や成長を支えてい
ます。感謝していただきたいですね。



スクールランチ

岩国市立岩国小学校

1月後半 よていこんだてひょう

2021. 1. 8

曜日	こんだてめい	ざいりょうめい				栄養量 エネルギー (kcal) たん白質 (g)	たべ てち ね
		おもにエネルギー のもとになる食品	おもに体をつくる もとになる食品	おもに体の調子を整える もとになる食品	その他の食品		
学校給食週間25日～29日							
25 月	ごはん	ごはん	ぎゅうにゅう			652	卵 乳製品 いも
	くじらのたつたあげ	こむぎこ でんぷん さとう あぶら	くじら		しょうゆ		
	はすのさんばい	ごま さとう	あぶらあげ	れんこん にんじん	す しょうゆ しお		
	すいとんじる	すいとん	とりにく	だいこん にんじん はくさい ほしいたけ ねぎ	しょうゆ かつおぶし こんぶ		
26 火	ごはん	ごはん	ぎゅうにゅう			658	豆製品 海藻 乳製品
	てりやきチキン	さとう	とりにく		しょうゆ しお		
	やさいのアーモンドあえ	アーモンド さとう		にんじん キャベツ こまつな もやし	しょうゆ		
	ぶたじる りんご	さといも こんにゃく	ぶたにく とうふ みそ	ごぼう だいこん にんじん ねぎ りんご			
27 水	こくとうパン	パン こくとう	ぎゅうにゅう			679	魚 いも 野菜
	ながさきちゃんぽん	ちゅうかめん	いか ぶたにく かまぼこ	きくらげ にんじん キャベツ もやし ねぎ	ながさきチャンボンスープ(乳) しょうゆ		
	ひじきのマヨサラダ	マヨネーズ ごま	ひじき ツナみずに だいず	キャベツ きゅうり にんじん	しょうゆ		
	アセロラゼリー	アセロラゼリー		(アセロラかじゅう りんご)			
28 木	カレーライス (ごはん)	ごはん こむぎこ	ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん にんにく	トマトピューレ ウスターソース	667	卵 野菜
	ブロッコリーのサラダ	じゃがいも あぶら パター	ぎゅうにく チーズ	しょうが りんご	しお こしょう しょうゆ カレーこ あかワイン		
		さとう あぶら	チキンハム	ブロッコリー キャベツ	しお こしょう す		
29 金	パン	パン	ぎゅうにゅう			682	豆製品 海藻 乳製品
	サーモンチーズフライ	パンこ あぶら	さけ チーズ		しお		
	えだまめとポテトのサラダ	じゃがいも あぶら	ベーコン	えだまめ	しお こしょう		
	ABCスープ みかん	ABCマカロニ じゃがいも	ベーコン	キャベツ たまねぎ にんじん パセリ みかん	しお こしょう しょうゆ チキンスープ		

(都合により献立を変更することがあります。)

岩国小学校の学校給食週間の取り組みは2月のスクールランチで紹介します。

★リクエスト献立の結果★ (学校給食週間の取り組みのひとつ)

給食委員会が考えたごはんとパンの献立4つずつの中でどの給食が食べたいか全校にアンケートしました。どの献立も人気で差がありませんでした。その中で1位の献立が給食に登場します！26日と29日です！おたのしみに♪



あうちのの人に給食の思い出をインタビューしてみよう！

学校給食は長く続いていて、保護者の方たちも食べてきた人が多いと思います。昔と今の給食にはどんな違いがあるのでしょうか？好きだった給食や印象深いできごとなど給食をテーマにぜひ家族で語り合ってみてください。



おせち料理にはさまざまな「いわれ」(昔から言い伝えられてきたこと)があって、新しい年を祝う気持ちと家族やみんなの健康や幸せを願う気持ちが込められています。食べ物の形や文字から想像して、どういう意味があるのか、線で結んでみましょう。



6年生が考えた献立が給食に登場！

6年生が家庭科で1食分の献立を考える学習をし、立てた献立が1月～2月の給食に登場します！1月は1組と2組です。

6年1組考案「あったかいどり給食」

ごはん、牛乳、チキンチキンれんこん、野菜スープ、みかん

○栄養バランスを考えました

○メンバーみんなの意見を合体させて考えました

6年2組考案「カラフルなごはんにしよう！」

岩国寿司、牛乳、たこのつみれ汁、ぜんざい

○カラフルになるように考えました

○お正月なのでおもちを入れました

(本来は大平でしたが、たこのつみれ汁に変更しています。)



たべもの

- だて巻き
- さといも
- エビ
- くりきんとん
- 黒豆
- 煮しめ
- れんこん

いわれ・ねがい

- 長生きする
- 財産が増える
- 家族仲良く
- 先を見通す
- 頭がよくなる
- 子だくさん
- まじめに働く

ヒント

- 腰の曲がった形をお年寄りに例えている。
- 漢字では「金団」と書いて財宝を表す。
- 色々な野菜をいっしょに煮ることから家族仲良く暮らせることを願って。
- 穴があいているから。
- 巻物をイメージしている。
- 親いもからたくさん子いもがつくため。
- ま(じ)めに働く。