

令和7年1月分(Cグループ)

学校給食予定献立表

えいようさんしょく 栄養三色

食べ物は、はたらきによって3つのなかに分けられます。



ねつやエネルギーのもとになる



からだをつくる



からだのちょうしをととのえる

ちさんちしょうとく 地産地消の取り組み

1月は東大阪市や八尾市などの中河内地区でとれた「米」を使用する予定です。

使用日 24日(金) 31日(金)

★「地産地消」とは、「地域生産・地域消費」を略した言葉で、地域で生産された食材を、その地域で消費するという意味です。

地場産(市・府内産)を使用した献立マーク



Table with columns for nutrients: Energy, Protein, Fat, Sodium, Calcium, Magnesium, Iron, and Vitamins (A, B1, B2, C). Rows for average consumption and school standards.

◎加工食品の配合内容については、学校にお知らせしています。

◎ただし、同一工場で製造している他製品の使用原材料については、記載しておりません。

＜おせち料理に込められた意味や願い＞

「おせち料理」はお正月に食べるお祝いの料理です。「めでたさを重ねる」という意味で、料理ごとに重箱につめます。おせち料理には、それぞれ新しい年への願いが込められています。

数の子

子孫に恵まれ、繁栄することを願います。

黒豆

まめに(健康に)暮らせますようにという願いが込められています。

えび

腰が曲がるまで長生きすることを願います。

鯛

「めでたい」の語呂にあわせ、新しい年をお祝いします。

田作り

田畑が豊かに実ることを願います。材料になるいわしは昔、田畑の肥料として使われていました。



10日(金)はお正月献立です。

8日(水)

Menu for 8th (Wednesday): Gohan (Maipo-doufun), Milk (Bansansu), and Nutrient breakdown.

9日(木)

Menu for 9th (Thursday): Milk (Coppapan), Milk (Daikon Salad), and Nutrient breakdown.

10日(金)

Menu for 10th (Friday): Gohan (Miso Zouji), Milk (Buri Teriyaki), and Nutrient breakdown.



ぞう煮

ぞう煮は、地域や家庭によって食材や味つけ、もちの形などがさまざまです。関西では、「円満」の意味を持つ縁起物の丸もちが、関東では、手早く数多く作ることができる角もちがよく使われるそうです。さらに味つけも、関西風は白みそ仕立て、関東風はすまし汁が多いようです。みなさんのご家庭では、どんなぞう煮を食べていますか。

14日(火)

Menu for 14th (Tuesday): Gohan (Vegetable Soup), Milk (Minchikatsu), and Nutrient breakdown.

15日(水)

Menu for 15th (Wednesday): Gohan (Funosumashiru), Milk (Hijiki Itadaki), and Nutrient breakdown.

16日(木)

Menu for 16th (Thursday): Milk (Spaghetti Miso Sauce), Milk (Corn Salad), and Nutrient breakdown.

17日(金)

Menu for 17th (Friday): Gohan (Chicken Curry), Milk (Gobou Salad), and Nutrient breakdown.

令和7年1月分(Cグループ)

学校給食予定献立表

Table with columns for dates (20日 to 31日) and rows for menu items (食パン, 牛乳, ごはん, コッペパン, etc.) with quantities and color-coded nutritional information.

1月31日(金)は  
節分献立です

2月2日は節分です。  
節分の日には、炒った大豆をまき、豆を  
自分の年の数だけ(または、自分の年の数より  
一つ多く)食べ、一年の健康を願います。

〇いわしを食べるのはなぜ???  
いわしを焼いたときに出る強いにおいと煙には、  
は、災いを追い払う力があると考えられ、節分に  
食べられます。

〇豆をまくのはなぜ???  
豆をまいて、邪気(病気を起こす悪い気)を  
追い払い、新しい年に幸運を呼びこむことができ  
ると考えられていたからです。



がっ こう きゅう しょく しゅう かん  
～ 学校給食週間 ～  
学校給食週間は、学校給食の意義や役割について、児童や保護者、地域住民の理解と  
関心を深めるためにあります。戦争が終わって、昭和21年12月24日から給食が再開され  
ました。冬休みを考慮し、1ヶ月遅れの1月24日から30日を学校給食週間としました。

日本で最初の学校給食は?  
明治22年、山形県の小学校で始まったと言われ  
ています。当時は、お弁当を持ってこれない  
こどもがたくさんいたので、この小学校を建てた  
お坊さんが、おにぎり・焼き魚・漬け物といった  
昼食を出したことが、始まりとされています。

東大阪市の取り組み  
東大阪市では、学校給食週間の  
取り組みとして中河内地区でとれた  
米を使う予定です。また、大阪の  
郷土料理の『きつねうどん』が  
28日(火)に登場します。

Advertisement for JA Green Osaka's 'Fresh Club' (フレッシュ・クラブ) featuring fresh vegetables and farm products. Includes QR code and contact info.