

日 / 曜日	献立名	主に体を作るもど(赤)		主に体の調子を整えるもど(緑)		主にエネルギーのもど(黄)		調味料	幼稚園 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩	小学生 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩	
		1群 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 牛乳・小魚 海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖・豆	6群 油脂 種実など				
木	ごはん きゅうにゅう ぶたにくのねぎだれ はくさいのあえもの とうふのみそしる		牛乳 豚肉 豆腐 油揚げ みそ 大豆粉			米 しょうが にんにく 根菜ねぎ 白菜		ごま油 ごま油 かつお節 だし昆布	471kcal 20.4g 20.2g 1.1g	633kcal 25.2g 23.6g 1.5g	
	ごはん きゅうにゅう ぶわらのしあうじあげ ちくせんに ぞうに		牛乳 さわら 大豆粉 鶏肉 なると		★正月料理 献立★ にんじん さやいんげん 水菜 大根葉	米 しょうが にんにく だけのこ こんにゃく にぼう しいたけ 白菜 かぶ	片栗粉 砂糖	ごま油 ごま油 もち 幼:麩	酒 塩こうじ 醤油 みりん みりん 醤油 かつお節 だし昆布 醤油 酒 塩 かつお節 だし昆布	20.4g 20.2g 1.1g	25.2g 23.6g 1.5g
	ごはん きゅうにゅう あつあけのみぞれかけ チキンサイといいたけのピクリアえ ぐたくさんみでしる		牛乳 厚揚げ チキンサイ にんじん 小松菜			米 大根 白菜 玉ねぎ えのきたけ	片栗粉 砂糖 片栗粉		油 油	489kcal 22g 18g 1.4g	695kcal 26.1g 20.4g 1.7g
	ごはん きゅうにゅう たまご こまつなのがんばあえ すやすかに		牛乳 卵 豆腐			米 大麦 水菜 根菜ねぎ にんじん	砂糖		油 油	428kcal 16g 13.8g 1.2g	598kcal 21.2g 18.3g 1.5g
火	ごはん きゅうにゅう あつあけのみぞれかけ チキンサイといいたけのピクリアえ ぐたくさんみでしる		牛乳 厚揚げ チキンサイ にんじん 小松菜			米 大根 白菜 玉ねぎ えのきたけ	砂糖 片栗粉	ごま油 ラー油	醤油 みりん 醤油 かつお節 だし昆布	466kcal 22.5g 18.3g 1.4g	637kcal 28.7g 21.8g 1.8g
	りんごチップパン きゅうにゅう ポテトグラタン カレードレッシングサラダ レタスイリースープ		脱脂粉乳 牛乳 鶏肉 大豆粉 カレードレッシングサラダ レタスイリースープ			米 小麦粉 砂糖 玉ねぎ がなしみじ キャベツ	ショートニング 油 油	塩 塩 油 油 春雨	451kcal 20.2g 19g 1.2g	617kcal 26.2g 23.6g 1.8g	
	キムチごはん きゅうにゅう とりのからあげ さゆうりのひたひた とんじる		ペーパン 牛乳 鶏肉 大豆粉 かつお節 豚肉 豆腐 みそ 大豆粉			米 白菜 キムチ にんにく	ごま油 油 油	酒 醤油 ポークブイヨン 酒 醤油	508kcal 22.8g 22.5g 1.5g	690kcal 28.7g 26.7g 2g	
	ごはん きゅうにゅう じしゃものあおのりやき ひじきとだいすのいために はりはりじる		牛乳 大豆粉 じしゃも 青のり 大豆 ちくわ 油揚げ 豆腐 豚肉			米 片栗粉 砂糖		酒 醤油 みりん かつお節 だし昆布 酒 醤油 酒 醤油 酒 かつお節 だし昆布	438kcal 19.1g 15.3g 1.2g	611kcal 26g 18.8g 1.4g	
月	うどん きゅうにゅう かきあげ ごまあえ ごもくうどんのしる		牛乳 牛乳 しらす干し チキンサイ 小松菜			米 小麦粉 玉ねぎ さつまいも 大根 根菜ねぎ のり	塩 油 油 ごま 醤油	酒 塩 酒 塩 酒 塩 醤油 醤油 みりん 塩 醤油 みりん 塩 酒 かつお節 だし昆布	495kcal 20.7g 19.8g 1.1g	620kcal 25.3g 23.9g 1.6g	
	むぎごはん きゅうにゅう にしんのりんりんやき もしやしのいてかあえ おでん		牛乳 牛乳 昆布 のり	★袋井南中学校 希望献立★ にんじん 小松菜		米 大麦 片栗粉 砂糖			452kcal 21.4g 17.1g 1.1g	634kcal 28.2g 22.2g 1.4g	
	ロールパン きゅうにゅう チキンのマスタートドヤ キャベツとケールのソテー ぶりやさいたっぷりチャウダー		脱脂粉乳 牛乳 鶏肉 大豆粉 まくろ水煮 牛乳 脱脂粉乳			米 小麦粉 砂糖 玉ねぎ たけのこ キャベツ	ショートニング オリーブ油 ドレッシング 油 生クリーム	塩 マスター油 醤油 ワイン 醤油 塩 こしょう コーンソース 酒 塩 こしょう	464kcal 24.7g 22.7g 1.3g	632kcal 32.8g 28.9g 2g	
	ごはん きゅうにゅう マーボーどうふ こんさいのミックスあげ ちゅうがのえ いちご		牛乳 豆腐 豚肉 みそ 青のり 大豆			米 片栗粉 砂糖		ボーグブイヨン 甜麵酱 醤油 酒 オイスターソース 板前醤 塩 ガーリックパウダー 酢 醤油	517kcal 19.3g 18.8g 0.9g	705kcal 24.5g 22.6g 1.1g	

はし・スプーン・フォークは必要に応じて各自持参してください。

**袋井産の食材は太字にしています。**

材料の都合等により、献立が変更することがあります。

加工食品については、主な材料名のみ（ ）で表示をしてあります

「そば」は給食では使用しませんが、めん工場では製造しています。

「とは」は給食では使用しませんが、めん工場では製造している。給食では、牛丼、そば、いくら、キウイ、落花生、クリミ、ペ

魚介類・海草類には、えび・かになどが混入する場合があります。



## 学校給食展を開催します！

日 時 令和8年1月24日(土) 10時～14時  
会 場 中部学校給食センター  
持ち物 上履き、靴袋、エコバック、飲み物



詳細は袋井市の  
HPでご確認ください

その他に楽しい体験がたくさん♪

- ・地場産野菜、給食パン・デザートの販売
  - ・ベジチェック
  - ・配送トラック乗車体験
  - ・クイズラリー 缶バッヂプレゼント
  - ・ハンバーグ並ベタイムアタック

ゲーム体験参加者には、すてきなプレゼントあり♪(先着)

## 26日～30日は【学校給食週間】 今年のテーマは『給食を知ろう！』です。

日 /曜 日	献立名	主に体を作るもど(赤)		主に体の調子を整えるもど(緑)		主にエネルギーのもど(黄)		調味料	幼稚園 上級園 たんぱく質 脂質 食塩	小学校 上級園 たんぱく質 脂質 食塩
		1群 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 牛乳・小魚 海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖・豆	6群 油脂 種実など			
月	ごはん きゅうにゅう さけのしょやき あおなのえのもの すいとんじる	牛乳		給食が始まったころの給食を食べよう				米		445kcal 608kcal
	ごはん さゆうにゅう カレー	鮭 大豆粉				油	塩こうじ 塩		22g 27.6g	
	ごはん さゆうにゅう 火	豚肉 大豆粉	牛乳	小松菜	キャベツ にんじん 葉ねぎ	ごま油	塩 醤油		13.8g 15.7g	
	ごはん さゆうにゅう みかん	鶏肉		大根	すいとん(小麦) さつまいも	醤油 みりん 酒 塩 かつお節 だし昆布			1.3g 1.6g	
	むぎごはん さゆうにゅう しゃきゅう	豚肉	牛乳	米飯が始まったころの給食を食べよう				米		514kcal 703kcal
水	ごはん さゆうにゅう とまんなかしる みかんタルト(小) みかんゼリー(幼)	大豆粉		にんじん トマト水煮	玉ねぎ にんにく しょうが	じゃがいも レンズ豆 米粉 はちみつ	油	チキンスープ ウイン ケチャップ 塩 ソース オールスパイス ナツメグ ローレル クミン カラー こしょう	21.9g 29.8g 15.4g 19.3g 0.9g 1.5g	
	ごはん さゆうにゅう りょくちゃん	(卵)	(乳製品)	小松菜 水菜 ゆかり粉	玉ねぎ 切干大根 キャベツ	砂糖 片栗粉	ごま油	醤油 みりん 酒 醤油	18.7g 25g	
	ごはん さゆうにゅう 木	(卵)	牛乳	にんじん チンゲンサイ	根菜ねぎ	さつまいも (小麦粉 米粉 砂糖 水あめ)	(油)	かつお節 だし昆布 (塩)	14.4g 23.1g 1.3g 1.6g	
	ごはん さゆうにゅう 木	ウインナー	牛乳	袋井産たっぷりのどまんなか給食を食べよう	小麦粉 砂糖	ショートニング	塩		459kcal 713kcal	
	ごはん さゆうにゅう 木	りんごヨーグルト	牛乳	給食センター手作りのオムレツを味わおう					499kcal 685kcal	
金	ごはん さゆうにゅう じやがいものそぼるあん みぞしる	鶏肉	牛乳	静岡県産のかつおぶしでとっただしを味わおう				米		520kcal 699kcal
	ごはん さゆうにゅう じやがいものそぼるあん みぞしる	豆腐 みそ 大豆粉	わかめ	にんじん 小松菜	玉ねぎ キャベツ セロリ 大根 えのきたけ	片栗粉	油	醤油 みりん 酒 醤油 酒 みりん かつお節 だし昆布 かつお節 だし昆布	21g 26.2g 22.7g 26.6g 1.4g 1.9g	

# 地産楽食



## ＜学校給食の歴史＞

「全国学校給食週間」は、学校給食への関心を高め、その意義や役割を理解し、学校給食の一層の充実と発展を図ることを目的としています。今年は、「給食を知ろう」をテーマに26日(月)から30日(金)まで、給食の歴史や袋井市の給食について学べる献立になっています。見て、食べて、給食について学びましょう。

「ロイロノート・資料箱→静岡県袋井市共有→給食」より、毎日の給食についての資料を家庭でも見ることができます。ぜひ、お子さんと一緒にご覧ください。

明治22年(1889年)

日本で最初の学校給食の開始



おにぎり、塩ざけ、漬物

日本で最初の学校給食は、山形県の鶴岡市にあった私立忠愛小学校でお弁当を持ってこられない子供たちに無償で提供されたものでした。

昭和20年代(1945年頃)

戦後、学校給食の再開



脱脂粉乳、トマトシチューなど

戦争が終ったばかりの日本では、食料が不足し、栄養不足の子供がたくさんいました。給食も戦争で中断されたままでした。この様子を見て、外国から食べ物の援助がたくさん送られてきました。こうして昭和21年12月24日に学校給食が再び始まりました。

昭和50年代(1975年頃)

米飯給食の開始



国内産食材の効率的利用と利用促進のため、米飯給食が始まりました。カレーライスが食べられるようになり、肉じゃがなどの和食も出るようになって、内容がとても豊かになりました。

袋井市では、小学校の給食が昭和29年から、中学校の給食が昭和46年から順次、開始されました。



平成・令和 子供たちの心も育てる学校給食へ

現在は、適切な栄養の摂取による健康の保持増進と地場産物の活用や伝統的な郷土料理、季節ごとの行事食なども取り入れながら、食べ物を通して社会を学び、また思いやりや感謝する心を育んでいくなど、子供たちの心も豊かにしていくような給食を目指しています。