



給食だより

令和8年1月8日

さいたま市立東大成小学校

新しい年を迎え、気持ちも新たに3学期がスタートしました。1月は「睦月」といわれ、親戚や知人がお互いに行き交って「仲睦まじく」することから名づけられたそうです。1月は行事食も多く、食を身近に感じることができます。子どもたちの健やかな成長と健康を願い、安心・安全でおいしい給食作りを基本理念として、給食室全員で努力してまいります。今年もよろしくお願いいたします。

ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん 全国学校給食週間



1月26日から30日は「全国学校給食週間」です。学校給食は、明治22年山形県鶴岡市の忠愛小学校で、お弁当を

持ってこれない子どもたちにお昼ごはんを作ったことが始まりです。戦争中に一時中断しましたが、ラウ（米国の民間団体）などからの援助物資を受け、昭和21年12月24日に、三都県（東京、神奈川、千葉）で試験的に再開されました。この日を記念して「学校給食感謝の日」として定められ、その後、冬休みに重ならない1月26日から30日を「全国学校給食週間」とし、給食の意義や役割について、理解や関心を深める週間となりました。



にほん がっこうきゅうしょく あゆ

日本の学校給食の歩み



【明治22年献立】

おにぎり 塩さけ 菜の漬物



★1月29日に、昭和20年代の献立を
再現した給食を提供します。

【昭和22年献立】

戦後、栄養失調状態の子どもたちを救うため、アメリカの民間団体からの援助物資（ラウ物資）により、昭和21年12月24日に学校給食が再開されました。



【昭和27年献立】

アメリカからの寄贈小麦を使用したパン、ミルク、おかずによる完全給食が8大都市で実施されました。



【昭和49年献立】

ぶどうパン 牛乳 ハンバーグ 干切りキャベツ 粉ふき芋



昭和39年以降、学校給食に本格的に牛乳が取り入れられるようになりました。

【昭和54年献立】

ごはん 牛乳 チーズ がめ煮 ヨーグルト



米飯は、教育上有意義と考えられ、昭和51年以降は米飯給食が広がりました。



令和8年

1月分 こんだてひょう

日(曜)	献立名			つかわれているしょうひんとそのおもなはたらき			えいようか
	主食	牛乳	おかず	き はたらくかや だいおんの もとになるもの	あか ち・にく・ほね・は など体のもとに なるもの	みどり びょうきちらせぎ からだのちょうしき ととのえるもの	
9(金)	むぎごはん 		さばのしょうがに こうはくそうに あさづけ	こめ むぎ あぶら さといも もち さんおんとう	ぎゅうにゅう さば とりにく しょうゆ	だいこん にんじん ほうれんそう かぶ きゅうり しょうが	592 21.4
13(火)	ターメリックライス 		まめいりポークストロガノフ マゼドアンサラダ いちごゼリー	こめ むぎ あぶら さつまいも さんおんとう	ぎゅうにゅう だいず ぶたにく げんまいチーズ ボンレスハム	セロリー にんじん たまねぎ トマトピューレ きゅうり いちごじゃいゆ	644 21.0
14(水)	むぎごはん 		しせんどうふ バリバリサラダ	こめ むぎ あぶら ワシタン でんぶん さんおんとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ しょうゆ	たまねぎ にんじん だけのこ ほししいたけ ねぎ にんにく しょうが キャベツ きゅうり	599 25.7
15(木)	ハムとコーンのピラフ 		とりにくのレモンソースかけ リボンマカロニスープ	こめ あぶら とうにゅうバター さんおんとう じゃがいも マカロニ	ぎゅうにゅう ぶたにく ボンレスハム とりにく ベーコン	たまねぎ にんじん マッシュルーム えだまめ ホールコーン キャベツ レモンかじゅう こまつな	574 29.5
16(金)	だいずいりひじきごはん 		ぶりフライ けんちんじる	こめ あぶら こんにゃく さんおんとう パンこ こむぎこ じゃがいも	ぎゅうにゅう ひじき とりにく あぶらあげ だいず ぶり とうふ しょうゆ	ほししいたけ にんじん だいこん ごぼう ねぎ えのきだけ	581 28.7
19(月)	むぎごはん 		ごもくどうふ ごましょうゆあえ	こめ むぎ あぶら さんおんとう ごまあぶら しろいりごま	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく ちくわ しょうゆ あかみそ	にんじん だけのこ ねぎ こまつな キャベツ もやし ホールコーン	571 27.0
20(火)	たまごとじうどん 		あおりのポテトビーンズ おかかあえ	じごうどん さんおんとう でんぶん じゃがいも	ぎゅうにゅう たまご とりにく わかめ しょうゆ だいず あおりの かつおぶし	にんじん だけのこ ねぎ しめじ こまつな もやし キャベツ	545 24.6
21(水)	キムタクチャーハン 		コーンしゅうまい ワシタンスープ	こめ あぶら ごまあぶら しゅうまいのかわ パンこ こむぎこ	ぎゅうにゅう やきぶた しょうゆ とうふ ぶたにく	たまねぎ はくさいキムチ ピーマン ねぎ にんじん たくあんづけ コーン こまつな しょうが	527 21.4
22(木)	はちみつパン 		はくさいのクリームに ひじきのマリネ いよかん	はちみつパン こむぎこ あぶら とうにゅうバター さんおんとう	ぎゅうにゅう とりにく ひじき しょうゆ	たまねぎ にんじん じゃがいも はくさい しめじ グリンピース きゅうり だいこん	543 20.4
23(金)	むぎごはん 		じゃがいものそぼろに なめだけあえ あじつけのり	こめ むぎ あぶら じゃがいも さんおんとう	ぎゅうにゅう ぶたにく しょうゆ あかみそ のり	しょうが たまねぎ にんじん ほししいたけ さやいんげん こまつな キャベツ もやし えのきだけ	554 26.3
26(月)	むぎごはん 		ふゆやさいカレー こまドレサラダ りんご	こめ むぎ あぶら さつまいも ねりごま しろいりごま	ぎゅうにゅう ぶたにく げんまいチーズ しょうゆ	たまねぎ にんじん だいこん こまつな れんこん セロリー にんにく しょうが ダイストマト トマトケチャップ キャベツ ホールコーン りんご	575 20.7
27(火)	れんこんごはん 		まさばのたつたあげ のっぺいじる	こめ あぶら さんおんとう さといも こんにゃく でんぶん	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ しょうゆ まさば ちくわ	ごぼう れんこん にんじん さやいんげん ほししいたけ	464 16.2
28(水)	むぎごはん 		チリコンカン かぼちゃサラダ ヨーグルト	こめ むぎ あぶら じゃがいも さんおんとう	ぎゅうにゅう ぶたにく ヨーグルト	たまねぎ にんじん パセリ ダイストマト トマトケチャップ かぼちゃ キャベツ きゅうり	552 21.3
29(木)	◎ 昔の給食・・・昭和20年代ごろの給食を再現します！ 当時の給食の主食は、お米ではなくパンだったそうです。						522 22.9
	コッペパン 		イチゴジャム カレーシチュー コールスローサラダ	コッペパン じゃがいも あぶら こむぎこ さんおんとう	ぎゅうにゅう ぶたにく とうにゅうバター	にんじん グリンピース キャベツ あかピーマン ホールコーン きゅうり たまねぎ イチゴジャム	
30(金)	やきにくチャーハン 		ホキのやくみソース わかめスープ	こめ あぶら さんおんとう しろいりごま	ぎゅうにゅう ぶたにく しょうゆ ホキ とうふ さんおんとう とりにく わかめ	にんじん にんにく しょうが ねぎ こまつな たまねぎ	529 25.7

・献立は都合により変更になることがありますので、ご了承ください。