

令和8年
1月の予定献立表

※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に裏面の「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。家庭・学級においても毎日確認してください。

今月の給食目標
学校給食の歴史やねらいを理解しよう

<欠食予定>

23日(金) 那覇中 3年生(進路最終面談)



安謝学校給食センター

TEL: 917-3471

学校給食の 栄養基準量		E=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
	小学校	650	21~32.5	14.4~21.7
	中学校	830	27~41.5	18.4~27.7

こ ん だ て	☆リクエスト給食☆ もう一度食べたい 給食メニュー 『那覇中3年生・安謝小6年生』 にアンケートを実施しました。1月 ~3月の間でリクエストのあった メニューが登場します!楽しみに してください♪ リクエストのメニューには マークをつけているよ☺	6(火) ちんすこう (7レーン) マーミナー ウサチー アングンスー もちきびごはん デークニー汁	7(水) 七草・鏡開き にちなんで みたらしだんご 小:3個 中:4個 青菜雑炊 厚揚げのそぼろ煮	8(木) スライスチーズ のせて 食べる タコライス (野菜) タコライス(ミート) ごはん オニオンスープ	9(金) たらと高野豆腐の揚げ煮 鶏すきうどん からし菜の ささみ和え
	小学校	E 625 P 21.7 F 17.5	E 475 P 22.2 F 15.8	E 626 P 25.5 F 22.9	E 443 P 25.2 F 17.7
	中学校	E 732 P 25.4 F 18.9	E 566 P 25.8 F 17.9	E 745 P 29.4 F 26.1	E 522 P 30.1 F 20.2
こ ん だ て	12(月) 成人の日 祝	13(火) ナムル 春巻き ごはん チゲ風豚汁	14(水) 中)はちみつ イタリアンサラダ 小)ガーリックトースト 中)食パン ポトフ	15(木) 豆乳バニラ大福 とりそばろの二色丼 (肉) (野菜) ごはん 団子と白菜の みそ汁	16(金) バナナ 親子丼 ごはん 根菜とベーコンの みそ汁
	小学校	E 609 P 19.0 F 22.1	E 517 P 21.7 F 18.5	E 660 P 26.7 F 20.8	E 714 P 24.7 F 16.2
	中学校	E 765 P 22.5 F 27.8	E 598 P 25.1 F 15.8	E 782 P 31.9 F 23.6	E 830 P 28.7 F 18.4
こ ん だ て	19(月) かぼちゃグラタン スパゲッティ ナポリタン ピーンズ サラダ	20(火) もものタルト シークワサーボン酢和え もちきびごはん 芋煮	21(水) 小)はちみつ チキンとキャベツのマリネ 小)食パン 中)ガーリックトースト ミネストローネ	22(木) パンサンスー ギョーザ ごはん 麻婆豆腐	23(金) 豆乳パンナコッタ 福神和え ごはん チキンカレー
	小学校	E 591 P 22.3 F 23.0	E 621 P 23.6 F 14.0	E 559 P 23.0 F 17.7	E 605 P 23.7 F 21.5
	中学校	E 743 P 26.6 F 28.7	E 722 P 27.4 F 14.5	E 639 P 26.7 F 25.5	E 749 P 28.6 F 25.7
こ ん だ て	26(月) 「学校給食週間」 琉球料理 たんかん クープイリチー 黒米ごはん 中身のお汁	27(火) 「学校給食週間」 日南市 タルタルソース チキン南蛮 ひじきサラダ ごはん ざぶ汁	28(水) 「学校給食週間」 サンピセンテ市 ピナグレッチェサラダ チキンナゲット 全粒粉パン ドブラジーニャ	29(木) 「学校給食週間」 ホノルル市 パインゼリー のせて 食べる ロコモコ (野菜) ロコモコ(ハンバーグ) ごはん チキンヌードル スープ	30(金) 「学校給食週間」 琉球料理 きびなごのシークワサー ソースかけ うっちゃんライス ルクジュウの サラダ
	小学校	E 622 P 28.2 F 13.5	E 721 P 27.4 F 21.0	E 566 P 25.3 F 21.6	E 599 P 23.2 F 13.3
	中学校	E 729 P 33.5 F 15.0	E 862 P 32.7 F 22.9	E 694 P 32.4 F 26.9	E 728 P 28.3 F 15.4
				E 728 P 30.1 F 25.7	



日本の学校給食は、明治22年、山形県鶴岡町(現:鶴岡市)の私立忠愛小学校で提供されたのが始まりとされています。その後、各地に広まったものの、戦争による食料不足で中断されてしまいました。

戦後、子どもたちの栄養不足を改善するため、昭和21年にアメリカの支援団体「LARA(アジア救済公認団体)」から、給食用物資の寄贈を受けて、翌年1月から学校給食が再開されました。昭和21年12月24日に、東京都内の小学校で給食用物資の贈呈式が行われたことから、この日を「学校給食感謝の日」としましたが、昭和25年度からは、冬季休業と重ならない1月24日~30日までの1週間で「全国学校給食週間」とすることが定められました。

今回安謝学校給食センターでは、那覇市の姉妹都市にちなんだ料理を給食週間にします!楽しんでもらえると嬉しいですよ♪

学校給食の移り変わりを見てみよう!

明治22年	戦後(昭和20~30年代)	現在
私立忠愛小学校で提供されたといわれる給食。	支援物資の脱脂粉乳や缶詰、小麦粉などを使った給食。	地域でとれる旬の食材を取り入れ、郷土料理や行事食、世界の料理など、食育の教材となる給食。

※給食費は、毎月10日までに納めましょう。(材料・天候によって献立を変更することがあります。)