



令和6年

こんだてのおしらせ

給食で使用するお米が鶴田町産の「はれわたり」になりました。もちもちしていておいしいですよ！



鶴田町学校給食センター

日	曜	こんだて			無や力になる食品	血や肉になる食品	体の調子を整える食品	おしらせ
		しゅしょく	牛乳	りんご	主に炭水化物、しぼろ	主にたんぱく質、カルシウム	主にビタミン類	
15	月	ごはん ごはん ごはん	りんご	おかし	主に炭水化物、しぼろ	主にたんぱく質、カルシウム	主にビタミン類	小、中：エネルギーkcal ねりこみは津軽地方の郷土料理です。たらじるは青森県の郷土料理「じゃっばじる」を給食用にアレンジしたものです。 小：657 中：793
16	火	ごはん ごはん ごはん	りんご	おかし	主に炭水化物、しぼろ	主にたんぱく質、カルシウム	主にビタミン類	にんじんのこあえ、けのしるは、津軽地方の郷土料理です。 小：643 中：782
17	水	どんぶりごはん どんぶりごはん どんぶりごはん	リンゴ	おかし	主に炭水化物、しぼろ	主にたんぱく質、カルシウム	主にビタミン類	ジョアはストロベリー味です。 小：708 中：818
18	木	ゆでうどん ゆでうどん ゆでうどん	リンゴ	おかし	主に炭水化物、しぼろ	主にたんぱく質、カルシウム	主にビタミン類	小：533 中：597
19	金	ごはん ごはん ごはん	リンゴ	おかし	主に炭水化物、しぼろ	主にたんぱく質、カルシウム	主にビタミン類	青森県産のおいしいほたてをたっぷり使ったカレーです。たくさん食べて、青森県の水産業をおうえんしましょう！ 小：704 中：875
22	月	ごはん ごはん ごはん	リンゴ	おかし	主に炭水化物、しぼろ	主にたんぱく質、カルシウム	主にビタミン類	小：656 中：778
23	火	ごはん ごはん ごはん	リンゴ	おかし	主に炭水化物、しぼろ	主にたんぱく質、カルシウム	主にビタミン類	小：641 中：739
24	水	どんぶりごはん どんぶりごはん どんぶりごはん	リンゴ	おかし	主に炭水化物、しぼろ	主にたんぱく質、カルシウム	主にビタミン類	24～30日は学校給食週間 小：733 中：862
25	木	せわりコッペパン せわりコッペパン せわりコッペパン	リンゴ	おかし	主に炭水化物、しぼろ	主にたんぱく質、カルシウム	主にビタミン類	小：681 中：826
26	金	ごはん ごはん ごはん	リンゴ	おかし	主に炭水化物、しぼろ	主にたんぱく質、カルシウム	主にビタミン類	小：749 中：877
29	月	ごはん ごはん ごはん	リンゴ	おかし	主に炭水化物、しぼろ	主にたんぱく質、カルシウム	主にビタミン類	小：617 中：740
30	火	ごはん ごはん ごはん	リンゴ	おかし	主に炭水化物、しぼろ	主にたんぱく質、カルシウム	主にビタミン類	小：657 中：795
31	水	ごはん ごはん ごはん	リンゴ	おかし	主に炭水化物、しぼろ	主にたんぱく質、カルシウム	主にビタミン類	小：662 中：754
							1月の平均	小：665 中：787

かぜ、インフルエンザ /ロウウイルスに注意！

手洗いしっかり！



※献立が変更になる場合もありますので、よろしくお願ひします。

こんだてのおしらせは、鶴田町ホームページにのせています。

※白抜き部分は鶴田町産です。

祝

学校給食レシピコンテスト入賞！

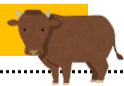
令和5年度学校給食レシピコンテストで、鶴田小学校から応募したレシピが、優秀賞を受賞しました。

優秀賞

6年2組 齋藤 優莉歌 さん



りんごたっぷり青森牛丼



1月24日(水)の給食に登場！！

青森県産の牛肉やりんご、大根を使った料理です。おすすめポイントはりんごの皮の甘煮を使うことだそうです。優莉歌さんのレシピをもとに、給食用に少しアレンジして提供します。

全国学校給食週間です！ 1月24日～30日



「給食週間ってなあに？」

学校給食は、明治22年に山形県鶴岡市の私立忠愛小学校で、弁当を持ってこれない子どもたちのために、おにぎりややさしい、魚のしおづけを出したことがはじまりとされています。

その後各地へ給食が広がっていきませんが、第二次世界大戦のため中断されました。戦後、昭和21年12月24日に東京、神奈川、千葉で給食が再開され、この日が学校給食記念日となりました。しかし、この日は冬休みで給食がないため、翌月の1月24日を記念日、24～30日を学校給食週間としています。

食べることは心とからだに力をわかださせる源です。ふだんなにげなく食べている給食ですが、給食を食べることについて、給食週間に考えてみましょう。

