



令和8年

こんだてのおしらせ



鶴田町学校給食センター

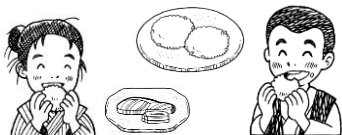
日	曜	こんだて				熱や力になる食品	血や肉になる食品	体の調子を整える食品	お知らせ
		しゅしょく	牛乳	りんご	おかず	主に炭水化物、しぼろ	主にたんぱく質、カルシウム	主にビタミン類	小、中：エネルギーkcal
13	火				とうふハンバーグ	ごはん	とうふハンバーグ 牛乳	りんご	小学校給食なし
					メンマいため	さとう ごまあぶら	ふたにく	メンマ にんじん こんにゃく	
					はくさいのみそしる		あつあげ おからみそ	はくさい にんじん ほししいだけ	
14	水				ぼうぎょうざ	ごはん	ぼうぎょうざ 牛乳	りんご	小学校給食なし 中：722
					ホイコーロー	あぶら	ふたにく	ビーマン にんにく しょうが キャベツ	
					だいこんスープ		とりにく	だいこん にんじん えのきだけ だいこんば	
15	木		ジョア		さばのみそに	ごはん	さばのみそに ジョア	りんご	15日は小正月。津軽地方には小正月にけのしるを食べる習慣がありました。作り置きができるけのしるは、正月のいそがしさから解放されるための生活の知恵だったのです。 ジョアはマスカット味です。 小：535 中：662
					にんじんのこあえ	あぶら	こうやどうふ たらこ	にんじん こんにゃく ながねぎ	
					けのしる		こうやどうふ だいず おからみそ	だいこん にんじん ふき わらび ぜんまい ごぼう ほししいだけ	
16	金				ポークカレー	ごはん むぎ	牛乳		毎日しゅが！
					じゃがいも あぶら カレールウ	ふたにく 牛乳	にんにく にんじん たまねぎ		
					フルーツゼリーあえ	ゼリー		みかん パイン もも	
19	月	ごはん じさん			だいずミートオムレツ	ごはん	だいずミートオムレツ 牛乳	りんご	小：649 中：785
					にくじゃが	じゃがいも あぶら さとう	ふたにく	たまねぎ にんじん こんにゃく さやいんげん しょうが	
					こまつなのみそしる		あぶらあげ どうふ おからみそ	こまつな ほししいだけ	
20	火				にしんのてりに	ごはん	にしんのてりに 牛乳	りんご	小：637 中：730
					きりぼしだいこんのいりに	あぶら さとう	とりにく	きりぼしだいこん にんじん こんにゃく ほししいだけ	
					じゃがいもとわかめのみそしる	じゃがいも	わかめ あぶらあげ おからみそ	たまねぎ	
21	水				てりやきチキン	ごはん	てりやきチキン 牛乳	りんご	小：652 中：750
					まめちやしいため	さとう あぶら	さつまあげ	まめちやし にんじん こんにゃく	
					はるさめとにくだんごのスープ	はるさめ	にくだんご	はくさい にんじん ほししいだけ ながねぎ	
22	木		ジョア		あんかけうどん	ゆでうどん でんぶん	ふたにく あぶらあげ なんと どうふ	ながねぎ	ジョアはブレン味です。 小：515 中：679
					ちくわのいそべあげ（小1こ・中2こ）	あぶら	ちくわのいそべあげ ジョア	りんご	
					ひじきとれんこんのサラダ	さとう ごま	ひじき だいず	れんこん にんじん カリフラワー	
23	金				さんしょくそぼろどん（にくそぼろ）	ごはん むぎ	ふたにく だいず 牛乳	りんご	どんぶりがごはんの上に、にくそぼろ、たまごそぼろ、ほうれん草のごまあえをのせて食べます。 小：697 中：805 世界のおいしいを食べよう！学ぼう！ 世界旅行給食
					（たまごそぼろ）		たまご		
					（ほうれんそうのごまあえ）	ごま ごまあぶら		ほうれんそう	
					あざりのみそしる		あざり こうやどうふ おからみそ	こまつな にんじん しめじ とうみょう	
26	月	ごはん じさん			チリコンカン	ごはん あぶら	ふたにく まめ だいず 牛乳	りんご	北アメリカの南部の国 メキシコ から『チリコンカン』と『ポソレ』の登場です。 『ポソレ』は「ひきわりとうもろこし」という意味の具たくさんスープです。 小：667 中：820
					さつまいもサラダ	さつまいも ドレッシング さとう			
					ポソレ		ベーコン	たまねぎ だいこん にんじん コーン マッシュルーム レモン キャベツ	
27	火				あおもりさめのにつけ	ごはん	あおもりさめのにつけ 牛乳	りんご	私たちが住む国 日本 からは、青森県の郷土料理『さめのにつけ』と『せんべいじる』です。さめは青森県では縄文時代から食べられていたと言われています。 小：660 中：763
					いんげんのいためもの	さとう ごまあぶら	ふたにく	さやいんげん にんじん こんにゃく	
					せんべいじる	せんべい	とりにく どうふ	にんじん ごぼう たまねぎ キャベツ ながねぎ	
28	水				カルツォーネ	こめこパン あぶら	カルツォーネ 牛乳		2月に冬季オリンピックが開かれ、国 イタリア からは『カルツォーネ』『ミネストローネ』『パンナコッタ風デザート』が登場します。 小：606 中：778
					たまごサラダ	マヨネーズ あぶら さとう	たまご	ブロッコリー	
					ミネストローネ	じゃがいも	ベーコン だいず	たまねぎ にんじん しめじ トマト パセリ にんにく キャベツ	
					パンナコッタふうデザート	パンナコッタふうデザート			
29	木				ビビンパどん	ごはん むぎ ごま ごまあぶら	ふたにく 牛乳	りんご	『ビビンパどん』『ナムル』『わかめスープ』はふだんの給食でも人気メニュー、 韓国 の料理です。ビビンパどんの具やナムルをどんぶりがごはんのせて食べましょう。 キムチ
					ナムル			まめちやし にんじん ぜんまい きくらげ	
					わかめスープ		わかめ なんと	もやし にんじん ほししいだけ ながねぎ	
30	金				タンドリーチキン（2こ）	ナン	タンドリーチキン 牛乳	りんご	最後の国は インド 。『ナン』を一口大にちぎって『キーマカレー』をつけて食べましょう。『タンドリーチキン』は「タンドール」という特しゅなかまで焼き上げることからその名がつけました。 小：703 中：824
					コールスローサラダ	ドレッシング マヨネーズ さとう		コーン	
					キーマカレー	あぶら カレールウ	ふたにく だいず 牛乳	にんじん たまねぎ	
1月の平均								小：643 中：764 	



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、おにぎりやさい、魚のしおつ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まっていますが、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。ふだんにだけでなく食べている給食ですが、給食を食べることについて、給食週間中と考えてみましょう。

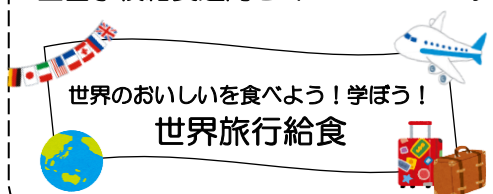


※献立が変更になる場合もありますので、よろしくお願いします。

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。

※白抜きの部分は鶴田町産です。

全国学校給食週間とくべつメニュー♪



鶴田の子どもたちに、世界の食文化を食べて知ってほしい！

つるりんが世界旅行に出発！？世界各国のおいしい味をさがして来てくれました！どの料理もその国のおもしろい特ちょうがつまっていますよ。さあ、みんなも給食で世界旅行に出かけよう！

かせ、インフルエンザ
/ロウウイルスに注意！

手洗いしっかり！

