



あけましておめでとうございます。早いもので、1年のまとめの三学期が始まりました。寒い日が続きますが、換気や手洗いをしっかり行い、給食では「黙食」を徹底するなど、感染予防に努めましょう。

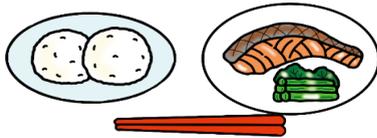


## 1月24日～30日は「全国学校給食週間」です

日本の学校給食の始まりは、明治22年までさかのぼります。現在の山形県鶴岡市にあるお寺に開校された忠愛小学校で、貧しくてお弁当を持ってこられない子どもたちのために、食事を提供したのが始まりとされています。その後、全国各地へと学校給食が広がっていききましたが、戦争の影響で中断されてしまいました。戦争が終わり、子どもたちの栄養状態を改善するために、アメリカのLARA（アジア救援公認団体）からの援助物資で学校給食が再開されることになりました。そして、昭和21年12月24日に給食用物資の贈呈式が行われ、この日を「学校給食感謝の日」とすることが定められました。昭和25年度からは冬休みと重ならない1月24日～30日の1週間を「全国学校給食週間」とし、学校給食の意義や役割について理解や関心を高めることなどの目的に、毎年、全国でさまざまな行事が行われます。

### 日本で最初の給食

おにぎり、  
塩だけ、菜の漬物



明治22年に山形県の小学校で、貧しくてお弁当を持ってこられない子どもたちに、おにぎり・焼き魚・漬物などが出されたのが、学校給食の始まりです。

### 昭和の時代のなつかし給食



揚げパン・くじらの  
電田揚げ・  
カレーシチュー

昔の子どもが大好きだった献立です。おじいちゃんやおばあちゃんには、なつかしいメニューでしょう。今の子どもたちの好きな給食とは、どんなところが違うかな？

### お待ちかね！リクエスト給食の登場です♪

与那城給食センターでは、卒業を控えた中学3年生と小学6年生に、リクエスト給食アンケートを実施しました。今月から3月までの間に、リクエスト上位のメニューが登場しますので、楽しみにしてくださいね☆

#### 1月予定

- シチュー
- 沖縄そば

#### 2月予定

- 親子丼
- ラーメン
- カレー

#### 3月予定

- 揚げパン
- オムライス



## 世界の料理

第7回

## ロシア

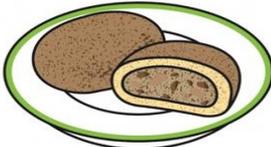


### ボルシチ

ビーツの  
入った赤い  
のスープ。

### ピロシキ

具を包んで  
焼いたり揚げたり  
した総菜パン。



### ペリメニ

水ギョウザ。  
スメタナを  
添えて食べる。



正式名称：ロシア連邦 面積：約1710万km<sup>2</sup>\* (日本の約45倍)  
人口：約1億4680万人\* (2017年1月) ※ロシア国家統計庁

ユーラシア大陸の北側、アジアからヨーロッパにまたがる世界で一番広い国です。日本の45倍もの広さですが、人口は日本とあまり変わりません。冬が長く、厳しい寒さに耐えられるよう、高エネルギー（高カロリー）の食品が好まれ、マヨネーズの消費量が世界一です。じゃがいもと肉類をマヨネーズであえた「サラート・オリヴィエ」は、ロシア風サラダとしてヨーロッパなどでも親しまれており、日本のポテトサラダのルーツといわれています。また、ロシア料理に欠かせないのが「スメタナ」という酸味のあるクリームで、代表的な家庭料理である「ボルシチ」をはじめ、「ピーフストログノフ」や「ペリメニ」など、さまざまな料理に使われます。主食はパンでライ麦で作る黒パンが伝統的に食べられています。給食では、サラート・オリヴィエとボルシチを作ります。お楽しみに！



行事等	日	献立名	黄(き)の食品	赤(あか)の食品	緑(みどり)の食品	その他調味料など	揚げ油	
			エネルギーになる 炭水化物・脂質	体をつくる たんぱく質・無機質	体の調子を整える ビタミン・無機質			
与幼体験給食	13 (木)	牛乳		牛乳				
		麦ごはん	米 麦					
		のり巻きたまご		のり巻きたまご(卵 小麦 大豆)				
		野菜炒め	ごめ油	豚肉 チキアギ	キャベツ もやし 人参 小松菜	醤油(小麦 大豆) ぬちまーす		
		さつまいものみそ汁	さつまいも	油揚げ(大豆) みそ(大豆)	大根 ねぎ	かつお節		
		* わかめおにぎり	わかめおにぎり					
世界の料理 (ロシア)	14 (金)	牛乳		牛乳				
		コッペパン	コッペパン(小麦 乳 大豆)					
		鮭とキャベツのカツ	大豆油	鮭とキャベツのカツ(小麦 鮭 大豆)				
		サラート・オリヴィエ	じゃがいも ノンエッグマヨネーズ 三温糖	ハム(豚 大豆 鶏)	人参 きゅうり コーン グリーンピース	ピクルス 酢(小麦) ぬちまーす		
		ボルシチ	バター(乳)	牛肉	大根 人参 玉葱 セロリ ビーツ にんにく トマトペースト	チキンブイヨン(鶏)ぬちまーす		
		* きなこ大豆 * アンパンマンリンゴジュース	きなこ大豆 (大豆・小麦) アンパンマンリンゴジュース (りんご)					
おむすびの日 	17 (月)	牛乳		牛乳				
		ごはん	米					
		おでん	じゃがいも 三温糖	鶏肉 ちくわ うずら卵 がんもどき(大豆 ごま)	人参 大根 こんにゃく 小松菜	醤油(小麦 大豆) みりん 酒 ぬちまーす だし昆布 かつお節		
		きびなごの南蛮漬け	片栗粉 大豆油 三温糖	きびなご	パプリカ 玉葱	酢(小麦)		
		納豆みそ	三温糖 ごめ油	ひきわり納豆(大豆) 豚肉 糸かつお みそ(大豆)	生姜 ねぎ	みりん 酒		
		おむすびのり		のり				
* 紅芋天ぷら	紅芋天ぷら (小麦)							
18 (火)	18 (火)	牛乳		牛乳				
		カラフルピラフ	米 ごめ油	豚肉	人参 玉葱 パプリカ ピーマン マッシュルーム コーン	ポークブイヨン(鶏 豚) ぬちまーす 醤油(小麦 大豆)		
		ハニーマスタードチキン	はちみつ	鶏肉		粒マスタード 醤油(小麦 大豆) 白ワイン		
		麦のポターージュ	じゃがいも 麦 小麦粉 コーンスターチ ごめ油 乳不使用マーガリン(大豆)	ベーコン(豚) 白いんげん豆 豆乳(大豆)	玉葱 人参 セロリ	チキンブイヨン(鶏) ぬちまーす		
		オレンジ (予定)			オレンジ (予定)			
		* ベビーチーズ * もずくパン	ベビーチーズ (乳) もずくパン (小麦・乳・卵)					
19 (水)	19 (水)	牛乳		牛乳				
		煮込みうどん	うどん(小麦) 三温糖 ごめ油	豚肉 厚揚げ(大豆)	白菜 人参 小松菜 長葱 椎茸	醤油(小麦 大豆)みりん 酒 ぬちまーす かつお節		
		チーズかまぼこ磯辺揚げ	小麦粉 ごま 大豆油	チーズかまぼこ(乳 大豆) 卵 青のり		ぬちまーす		
		ナッツ入りサラダ	アーモンド 三温糖 オリーブ油		人参 ブロッコリー カリフラワー コーン きゅうり	醤油(小麦 大豆) 酢(小麦) ぬちまーす		
		* くだもの * プルーン	くだもの・プルーン					
		* 焼き芋 * ココア豆乳	焼き芋・ココア豆乳 (大豆)					
リクエスト給食	21 (金)	牛乳		牛乳				
		コッペパン	コッペパン(小麦 乳 大豆)					
		黄金芋のシチュー	黄金芋 じゃがいも 小麦粉 ごめ油 マーガリン(乳 大豆) コーンスターチ	鶏肉 白いんげん豆 加工乳 生クリーム(乳)	玉葱 人参 かぼちゃ	チキンブイヨン(鶏)ぬちまーす		
		オムレツのきのこソースかけ	三温糖	オムレツ(卵 小麦 大豆)	トマト缶 セロリ しめじ マッシュルーム	赤ワイン ケチャップ 中濃ソース(大豆 りんご)		
		オレンジ (予定)			オレンジ (予定)			
		* ミニどうぶつビスケット	ミニどうぶつビスケット (小麦)					

行事等	日	献立名	黄(き)の食品	赤(あか)の食品	緑(みどり)の食品	その他調味料など	揚げ油
			エネルギーになる	体をつくる	体の調子を整える		
			炭水化物・脂質	たんぱく質・無機質	ビタミン・無機質		
給食週間 (〜28日まで)	24 (月)	牛乳		牛乳			
		クファージュシー	米 麦 三温糖 こめ油	豚肉 白かまぼこ	人参 ごぼう 椎茸	醤油(小麦 大豆)酒 みりん ぬちまーす かつお節 ポークブイオン(鶏 豚)	
		グルクンのシークワサーあんかけ	小麦粉 片栗粉 大豆油 三温糖	グルクン アーサ	パプリカ 玉葱	シークワサー果汁 酢(小麦) 醤油(小麦 大豆)	
		イナムドゥチ		豚肉 黄色かまぼこ みそ(大豆)	こんにゃく 竹の子 椎茸	ポークブイオン(鶏 豚)かつお節	
	* 紅芋まんじゅう * 野菜&フルーツジュース		紅芋まんじゅう(小麦) 野菜&フルーツジュース(りんご)				
25 (火)	牛乳		牛乳				
	ごはん	米					
	ミヌダル	ごま 三温糖	豚肉			醤油(小麦 大豆)みりん 酒 おろし生姜	
	とうふチャンブルー	こめ油	豆腐(大豆) ツナ	人参 キャベツ もやし くら	醤油(小麦 大豆)ぬちまーす		
	やまいものみそ汁	やまいも	豚肉 みそ(大豆)	人参 小松菜	かつお節		
	クガニ(予定)			クガニ(予定)			
* 胚芽ロールパン * ベビーチーズ		胚芽ロールパン(小麦・乳・卵) ベビーチーズ(乳)					
26 (水)	牛乳		牛乳				
	麦ごはん	米 麦					
	魚のクーブマチ	三温糖	ほき 昆布	かんぴょう	醤油(小麦 大豆) みりん 酒		
	ハンダマ <sup>しら</sup> の白あえ	三温糖 ごま	ツナ 豆腐(大豆)みそ(大豆)	ハンダマ 小松菜 人参	醤油(小麦 大豆)ぬちまーす		
	クーリジシ		豚肉 卵	冬瓜 こんにゃく 椎茸 きくらげ	醤油(小麦 大豆)ぬちまーす ポークブイオン(豚)かつお節		
	* 黄金芋春巻き		黄金芋春巻き(小麦)				
27 (木)	* ジューシーおにぎり		ジューシーおにぎり(小麦・豚肉・鶏肉・大豆)				
28 (金)	牛乳		牛乳				
	ごはん	米					
	ヌクグラー	三温糖 こめ油	豚肉 厚揚げ(大豆) チキアギ	大根 人参 こんにゃく 椎茸 いんげん	醤油(小麦 大豆)みりん 酒 かつお節		
	ミミガーのウサチ	ごま 三温糖	豚ミミガー みそ(大豆)	もやし きゅうり	醤油(小麦 大豆) 酢(小麦) ぬちまーす		
	黒糖アガラサー	小麦粉 黒糖 砂糖			重曹 ベーキングパウダー		
* カステラドーナツ		カステラドーナツ(小麦・乳・卵・大豆)					
与 小 欠 食	31 (月)	牛乳		牛乳			
		フレンチトースト	食パン(小麦 乳 大豆) 三温糖 バター(乳) パームシュガー 粉糖	加工乳 卵			
		ポークビーンズ	じゃがいも 小麦粉 ポークビーンズ(小麦 大豆 豚) マーガリン(乳 大豆) 三温糖 こめ油	豚肉 大豆 白いんげん豆	玉葱 人参 ピーマン マッシュルーム	おろしにんにく ウスターソース デミグラスソース(小麦 鶏) ケチャップ 赤ワイン ぬちまーす ポークブイオン(豚)	
		シーザーサラダ	クルトン(小麦 乳 大豆) シーザーサラダドレッシング(卵 乳 大豆 りんご) 三温糖	ハム(豚 大豆 鶏)	大根 キャベツ コーン パプリカ	酢(小麦) ぬちまーす	
* するめイカ * リンゴジュース		するめイカ(イカ) リンゴジュース(りんご)					