



きゅうしょくだより

四日市市教育委員会

令和8年1月

No. 459



あたら とし はじ まいにち あさ ひる よる た じゅうじつ ねん す
新しい年が始まりました。毎日、朝ごはん、昼ごはん、夜ごはんをしっかり食べて、充実した1年を過ごしましょう。

がつ きゅうしょくもくひょう
1月の給食目標

きゅうしょく 給食について調べましょう

がつ こん立て
<1月の献立テーマ>

がつ こう きゅう しょく しゅう かん 学校給食週間メニュー



きゅうしょく めいじ ねん やまがたけん ちゅうあいしょくがこう
給食は、明治22年に山形県の忠愛小学校で、おなかをすかせた子どもたちにお昼ごはんを出したのが始まりだと言われています。
げんだい きゅうしょく しょくじ けんこう からだ しょくじ せんばん りかい ふか がくしゅう じかん
現代では、給食は「食事」というだけでなく、健康な体づくりや食事全般について理解を深める学習の時間でもあります。
がつ か にち ぜんこくがこうきゅうしょくしゅうかん
1月24日から30日は「全国学校給食週間」です。今月は「学校給食週間メニュー」として、全国各地のこん立てが登場します。
きゅうしょく どうじょう ほか せんこく きょうどりょうり
給食で登場するものの他にも、全国にはたくさんの郷土料理があります。ぜひ興味を持って、調べてみましょう。

A B:26日(月) 【静岡】

べいはん ぎゅうにゅう ほつけの一塩あげ
米飯 牛乳 ほつけの一塩あげ
ゆかりあえ *静岡おでん*

しづおか ぎゅうすじ くろはんぺん ねもの だいこん たまご
「静岡おでん」は、牛すじ、黒はんぺん、練り物、大根、卵
などの素材を串にさし、色の黒いだし汁で煮込み、青のりや魚
のだし粉をかけて食べる静岡市の郷土料理です。



A:28日(水)、B:27日(火) 【昔】

コッペパン 牛乳
くじらの竜田あげ *クリームシチュウ*
むかし にく ねだん たか て はい やす
昔は肉の値段が高くて手に入りにくかったため、安いくじらの
にく た おお 肉がよく食べられていました。また、大きなコッペパンが食べやす
くなるように、シチュウやフルーツクリームなどと一緒に出されて
いました。



A:30日(金)、B:29日(木) 【山梨】

こがたけんまい ぎゅうにゅう *ほうとう*
小型玄米パン 牛乳 *ほうとう*
いなりもちの煮つけ

「ほうとう」とは小麦粉を練り、平らに切った「ほうとうめん」を、
たくさんの素材とともにみそ仕立ての汁で煮こんだもので、山梨
県の代表的な郷土料理です。



A:27日(火)、B:28日(水) 【福井】

べいはん ぎゅうにゅう とりにく
米飯 牛乳 鶏肉のからあげ
づけ う まめじる
はりはり漬 *打ち豆汁*

「打ち豆汁」は、野菜と里芋などを打ち豆と一緒に煮て、み
そ汁にした福井県の郷土料理です。打ち豆とは、水につけて
やわらかくした大豆をつぶして乾燥させたもので、雪の多い地
域でよく食べられます。大豆をつぶすことで、火が早く通り、
豆に味がよくします。



A:29日(木)、B:30日(金) 【長野】

どんぶり ぎゅうにゅう
キムタク丼 * 牛乳

たまご ツナともやしのあえもの わかめと卵のスープ

「キムタク丼」は、長野県塩尻市の給食メニューです。長野県
つけものぶんか はなたつ ちいき こ たち つけもの
は漬物文化が発達している地域です。そこで、子ども達に漬物に
親しみをもってほしいという想いから、たくあんとキムチをごはん
に混ぜたメニューが考案されました。今回は、具を混ぜず、ごは
んの上にのせる丼にしました。



じものいちばんきゅうしょく ひ
みえ地物一番給食の日 15日(木)と16日(金)

はくさい
【白菜】

さむ じき しゅん やさい
寒い時期が旬の野菜です。寒さに耐えるために
とうぶん あま ま うえ どんぶり
糖分をたくわえ、甘みが増しておいしくなります。



きゅうしょくしょくざ いりょう ひ 給食材料費の物価高騰への対応 Q&A

Q1. 米や野菜などの値上がりが続いているが給食費への影響は?

A. 食材料費の物価上昇分(一人につき、ひと月あたり低学年で1000円、高学年で1100円程度)を市が負担し、保護者の皆さまの
ふたんがく す お
負担額を据え置いています。

Q2. 給食献立への影響は?

A. 公費負担と献立の工夫、食材購入の工夫により、これまでどおり安全・安心で栄養バランスのとれた給食を提供できるよう努め
ております。