



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



あたらしとしはじ
新しい年が始まりました。まいにちあさ
毎日、朝ごはん、ひる
昼ごはん、よる
夜ごはんをしっかりと食べて、じゅうじつ
充実した1年をすごしましょう。

1月の給食目標 給食について調べましょう

<1月の献立テーマ> 学校給食週間メニュー



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。
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。
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、全国各地のこんだてが登場します。
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 ひとしお
米飯 牛乳 ほっけの一塩あげ
ゆかりあえ *静岡おでん*



「静岡おでん」は、牛すじ、黒はんぺん、練り物、大根、卵などの具材を串にさし、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*



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が一緒に出されていました。

A:30日(金)、B:29日(木) 【山梨】

こがだげんまい ぎゅうにゅう *ほうとう*



「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、たくさんの具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
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、豆に味がよくしみみます。

A:29日(木)、B:30日(金) 【長野】

キムタク丼 牛乳
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思いから、たくあんとキムチをごはんに混ぜたメニューが考えられました。今回は、具を混ぜず、ごはんの上にのせる丼にしました。

みえ地物一番給食の日 15日(木)と16日(金)



【白菜】

寒い時期が旬の野菜です。寒さに耐えるために糖分をたくわえ、甘みが増しておいしくなります。



給食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・安心して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。