

1月 給食だより

令和8年1月
つくばみらい市立学校給食センター
住所：つくばみらい市中原11
TEL: 0297-52-2338
FAX: 0297-52-2036

新しい年が始まりました。

本年も安全・安心でおいしい給食を提供できるよう、
給食センター職員一同で取り組んでまいります。

給食だよりでは、食に関する様々な情報を
お伝えします。

本年もよろしくお願ひいたします。

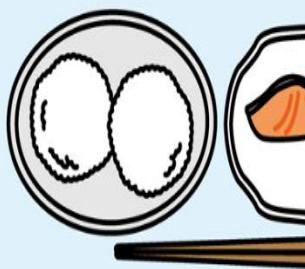


1/24～1/30は
「全国学校給食週間」です



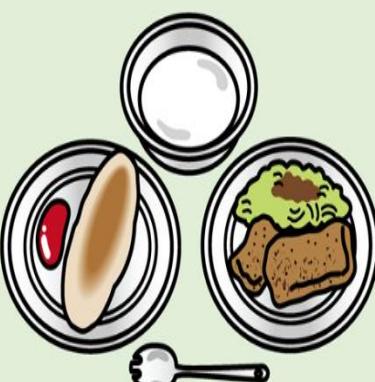
学校給食 の移り変わりを見てみよう！

明治22年



私立忠愛小学校（現在の山形県鶴岡市）
で出した食事が、学校給食の始まりとい
われている。

戦後(昭和20～30年代)



栄養不足を改善する
ため、支援物資の脱
脂粉乳・缶詰・小麦粉
などを使った給食。

現在



栄養素のバランスが考えられ、
地場産物・旬の食材・行事食など
を取り入れた給食。食育の一環
として行われている。



カレー南蛮汁(ソフト麺スープ)

Aブロック27日 Bブロック26日

《材料》 小学校3~4年生×4人分

鶏こま肉	50g
しょうが(すりおろし)	少々
にんにく(すりおろし)	少々
油	適宜
玉ねぎ(薄切り)	80g
にんじん(せん切り)	50g
ほうれん草(2~3cm)	50g
ねぎ(小口切り)	50g
なると(2~3mm)	30g
かつおだし汁	400~500 ml程度
カレールウ	35g
塩	少々
しょうゆ	小さじ1
片栗粉	大さじ1

《作り方》

- ① 鍋に油を熱し、鶏こま肉をしょうが・にんにくと一緒に炒める。
- ② ①にかつおだし汁を加えて煮立て、玉ねぎ・にんじん・下ゆでしたほうれん草・ねぎ・なるとを加えて加熱する。
- ③ ②にカレールウを加えて溶かし、塩・しょうゆで調味する。
- ④ 分量外の水で溶いた片栗粉を③加えてとろみをつける。

※カレールウ等の調味料は、商品によって含まれる食塩量が異なります。調味料は一度に全量を入れずに、味を確認しながら量を調整してください。



こちらのレシピはクックパッドに掲載予定です。
ぜひ、ご覧ください。(2月上旬掲載予定)



【小中学生の給食費について】

1月の引き落としは、ありません。次回は2月2日（月）です。
引き落とし日の2~3日前までに銀行口座の残高をご確認いただき、未納のないよう、ご協力をよろしくお願ひいたします。

【献立予定表について】

市ホームページ等でご確認ください。