

<div>きれいに洗った「はし」と「スプーン」を忘れずにご準備ください。</div> <div>1月予定 献立表</div> <div>令和8年1月 大分大学教育学部附属小学校</div>						
日	献立名	体をつくる	体を守る	体を動かす	その他	エネルギー たんぱく質
8 木	黒砂糖パン			★黒砂糖パン		569 kcal
	ロシアの料理『ボルシチ』	ぎゅうにく,ハ丁みそ,★生クリーム	たまねぎ,にんじん,トマト,トマトピューレ,トマトケチャップ,キャベツ,パセリ	サラダ油,さとう,じゃがいも	赤ワイン,塩,こしょう,水,チキンガラスープ,コンソメ,ウスターソース	23.1 g
	ツナとわかめのサラダ	わかめ,まぐろ油漬け	にんじん,キャベツ,きゅうり	さとう,ごま油	うすくちしょうゆ,こしょう,穀物酢	
9 金	弁当日  					
12 月	成人の日					
13 火	コッペパン			★コッペパン		584 kcal
	大豆ミート入りカレーピーンズ	ぶたにく,大豆ミート,だいず	にんにく,しょうが,たまねぎ,にんじん,とうもろこし,トマト,トマトケチャップ,りんご,枝豆	サラダ油,カレールウ	赤ワイン,ナツメグ,カレー粉,塩,水,コンソメ,ウスターソース	27.4 g
	グリーンサラダ		にんじん,キャベツ,きゅうり,ブロッコリー	サラダ油,さとう	穀物酢,うすくちしょうゆ,こしょう,塩	
14 水	5年2組オリジナル献立 白ごはん			米		579 kcal 30.2 g
	サケのたつたあげ	サケ(魚)	しょうが,しょうが	さとう,かたくり粉,サラダ油	料理酒,こいくちしょうゆ	
	サケ入り冬野菜のみそ汁	かたくちいわし(煮干し),サケ(魚),とうふ,みそ,わかめ	たまねぎ,にんじん,だいこん,ねぎ,ほうれん草	じゃがいも	水,酒	
15 木	コッペパン			★コッペパン		535 kcal
	ほうれん草とベーコンのクリーム煮	とりにく,ベーコン(乳・卵なし),★牛乳,★生クリーム	たまねぎ,にんじん,ほうれんそう	サラダ油,★ベ シェルソース,★バター	白ワイン,塩,こしょう,水,チキンガラスープ,コンソメ	24.9 g
	中華サラダ	焼き豚(乳・卵なし)	もやし,きゅうり	さとう,白ごま,ごま油	酒,こいくちしょうゆ,うすくちしょうゆ,穀物酢	
16 金	弁当日  					
19 月	5年3組オリジナル献立 白ごはん			米		526 kcal 22.8 g
	ほうれん草とたまごの炒め物	★卵,まぐろ油漬け	にんじん,たまねぎ,とうもろこし,ほうれんそう	マヨネーズ(卵なし),★有塩バター,サラダ油,さとう,かたくり粉	塩,こしょう,こいくちしょうゆ,オイスターソース	
	あぶらあげとたまねぎのみそ汁	かたくちいわし(煮干し),あぶらあげ,とうふ,みそ	たまねぎ,にんじん,だいこん,えのきだけ,ねぎ		水	
20 火	コッペパン			★コッペパン		542 kcal
	チキンとお豆のトマト煮	とりにく,だいず	にんにく,たまねぎ,にんじん,トマト,トマトピューレ,トマトケチャップ,枝豆	サラダ油,じゃがいも,さとう,金時豆 大福豆	赤ワイン,塩,こしょう,水,チキンガラスープ,コンソメ,ウスターソース	24.8 g
	チーズオムレツ	★チーズオムレツ(たまご・チーズ)				
21 水	学校給食試食会(1年生保護者対象) 麦ごはん			米,県産押麦		628 kcal 28.3 g
	トリニータ丼	とりにく(かたくりこ)	にんにく,しょうが,にら	サラダ油,さとう,ごま油	こいくちしょうゆ,酒,水	
	具たくさんかきたま汁	だしこんぶ,だしかつお節,★卵,高野豆腐粉	たまねぎ,にんじん,だいこん,ねぎ,ほうれんそう		水,うすくちしょうゆ,塩	
	アセロラゼリー			アセロラゼリー		
22 木	減量コッペパン			★コッペパン		618 kcal
	サーモンクリームスパゲッティ	鮭(さけ),★牛乳,★生クリーム	たまねぎ,にんじん,マッシュルーム,にんにく,パセリ	オリーブ油,★ベ シェルソース,スパゲティ,★バター	白ワイン,塩,こしょう,水,コンソメ	28.4 g
	チキンサラダ	わかめ,とりにく	にんじん,キャベツ,きゅうり	さとう,ごま,ごま油	うすくちしょうゆ,こしょう,穀物酢	
23 金	弁当日  					
24 日	学校給食記念日					
26 月	附属小学校 学校給食週間(1月26日～1月29日)					
	5年1組オリジナル献立 白ごはん			米		580 kcal 27.4 g
	柑橘シャワーの幸せ大分とり天	とりにく	にんにく,かぼす	マヨネーズ(卵なし),薄力粉,サラダ油,さとう,かたくり粉	塩,うすくちしょうゆ,酒,ベーキングパウダー,水,和風だし	
	白菜となめこのみそ汁	かたくちいわし(煮干し),とうふ,みそ,わかめ	なめこ,えのきだけ,はくさい		水	
27 火	米粉パン			★米粉パン		605 kcal
	1年生のさつまいもが入ったクリームシチュー(ラッキーにんじん入り) ↓	ベーコン(乳・卵なし),★牛乳,★生クリーム	たまねぎ,にんじん,だいこん,はくさい,ブロッコリー	サラダ油,じゃがいも,さつまいも,★ベ シェルソース,★バター	白ワイン,塩,こしょう,水,チキンガラスープ,コンソメ,	30.3 g
	大分県産ひじきのサラダ	ひじき,ロースハム(乳・卵なし)	きゅうり,とうもろこし	さとう,マヨネーズ(卵なし),ごま	こいくちしょうゆ,酒	
28 水	大分県の郷土料理『鶏めし』	とりにく	にんにく,ごぼう,にんじん,いんげん	米,サラダ油,さとう	こいくちしょうゆ,酒,みりん	511 kcal
	厚焼き玉子	★厚焼卵(たまご)				25.1 g
	椎茸麩入りみそ汁	だしかつお節,油揚げ,とうふ,みそ,わかめ	たまねぎ,にんじん,はくさい,ねぎ	さといも,焼き麩	水	
29 木	ジビエ給食					537 kcal
	減量コッペパン			★コッペパン		26.3 g
	シカ肉のミートソーススパゲッティ	シカ(鹿),★チーズ	にんにく,たまねぎ,にんじん,切干大根,マッシュルーム,トマトピューレ,トマトケチャップ,枝豆	オリーブ油,さとう,スパゲティ	赤ワイン,塩,カレー粉,ナツメグ,コンソメ,ウスターソース,デミグラスソース	
	堀さんのにんじんサラダ	まぐろ油漬け	にんじん,きゅうり,にんにく	さとう,オリーブ油	こいくちしょうゆ,塩,こしょう,穀物酢,うすくちしょうゆ	
30 金	弁当日  					

- ・ 7品目(そば、卵、乳、落花生、えび、かに、くるみ)のアレルギ―食品には★を表示しています。
- ・ 材料などの都合により献立を変更する場合があります。
- ・ 給食がある日は必ず、飲用牛乳がつきます。

お知らせ

# 給食ひとくちメモ1月号

令和8年1月8日（木）

担当：栄養教諭 後藤

## 1. 献立について

- 1月8日（木）給食初日のメニューは、寒さに負けず、体の中から温まってほしいという願いを込めて『ボルシチ』を提供します『ツナとワカメのサラダ』のドレッシングは手作りです。
- 1月24日～1月30日は全国学校給食週間です。学校給食の歴史や意義、役割について広く周知し、その充実と発展を図ることを目的としています。今年度の附属小学校の給食週間は1月26日（月）～1月29日（木）です。児童が食事を通して「自らの健康管理ができる力」と「感謝の心」を育むことを重点的なねらいとし、各学年の学びと地場産物の活用を深く結びつけた献立を実施します。

重点取り組み	献立	教育的ねらい（食育推進の視点）
教科横断的な学習の実践	5年生によるオリジナル献立	【家庭科との連携】 栄養バランスや調理の知識を実際の献立作成に活かし、食の主体的な選択能力を育成します。
生産・食への感謝	1年生が収穫したさつまいもを使ったシチュー	【生活科との連携】 栽培活動から調理までを体験することで、食べ物への愛着と生産者への感謝の念を育みます。
郷土愛と文化の継承	・大分県の郷土料理『鶏めし』 ・大分県産シカ肉のミートソース ・県産ひじき・椎茸の活用	【地産地消の推進】 地元食材や伝統的な食文化に触れる機会を創出し、郷土の恵みを大切にする心を養います。

- 1月19日（水）は1年生の保護者を対象とした学校給食試食会を実施します。日頃、子どもたちが食べている給食の味、献立の工夫、そして衛生管理の状況について、保護者の皆様に理解を深めていただく機会としています。試食会当日の献立には、子どもたちに大人気の『トリニータ丼』を提供します。このトリニータ丼は、給食委員会が「お家でも給食の味を味わおう！」という願いを込めて企画したアンケート「スパ給（スーパー給食タイムを家でも!）」で上位にランクインし、全校へレシピを配付したメニューです。

## 2. 世界の料理・日本の郷土料理について

世界の料理はロシアの『ボルシチ』を提供します。ボルシチは「ビーツ」という野菜や肉と一緒に煮込んだロシアの伝統料理です。世界の三大スープの1つとされています。給食のボルシチは「ビーツ」の代わりに「トマト」で色付けし、食べやすくしています。

日本の郷土料理は6月に続き、大分県の『鶏めし』を提供します。附属小学校の鶏めしは、鶏肉、ゴボウ、にんにきを炒めて、かくし味に、にんにくを加えています。砂糖、こいくちしょうゆ、塩、酒で味をつけ、最後に色どりとして、インゲンを加えます。

### 【日本の郷土料理と世界の料理実施一覧】

提供月	国	世界の料理	都道府県	日本の郷土料理
令和7年 4月	ドイツ	カルトッフェルズuppe	長崎県	ヒカド
5月	中国	麻婆豆腐	熊本県	だご汁
6月	ベルギー	チキンのワートルゾーイ	大分県	鶏めし
7月	フランス	ラタトゥイユ	山口県	チキンチキンごぼう
8月・9月	カナダ	プーティン風	広島県	呉の肉じゃが
10月	ブラジル	フランゴ パッサリーニョ ドブラジーニャ	島根県	舞茸ごはん
11月	オーストリア	ヴェルツェルフライシュ	鳥取県	じゃぶ
12月	スウェーデン	ピッティパンナ	岡山県	そずり鍋
令和8年 1月	ロシア	ボルシチ	大分県	鶏めし