

12月

きゅう しょく こん だて ひょう 給 食 献 立 表



1(月) 昔の給食 おにぎり / 牛乳 ますの塩焼き 高菜煮 	2(火) 給食記念献立 ナン / 牛乳 ドライカレー 添えブロッコリー ジュリアンヌスープ カップdeヤクルト 	3(水) ラフランス給食(小) 牛乳 豚キムチ丼 豆腐のすまし汁 小) 果物(ラ・フランス) 中) ミニ豆乳プリン 	4(木) ラフランス給食(中) ごはん / 牛乳 筑前煮 なめこのみそ汁 小) ミニ豆乳プリン 中) 果物(ラ・フランス) 	5(金) 牛乳 やまこめもちりパン ボロニアステーキ フレンチサラダ 冬野菜のクリーム煮
心を育む学校給食週間 12/1(月)~12/5(金)				
8(月) ごはん / 牛乳 鶏肉のから揚げ 海藻サラダ / かきたま汁 はちみつレモンゼリー 	9(火) ごはん / 牛乳 シューマイ ほうれん草のおひたし みそバター肉じゃが 	10(水) ごはん / 牛乳 白身魚フライ / パックソース はるさめ入り中華サラダ コーン入り卵スープ 	11(木) 牛乳 チキン丼 わかめのみそ汁 キャンディチーズ 	12(金) コッパパン / 牛乳 ポテトカップの野菜グラタン ゴロゴロサラダ ミネストローネ
15(月) ごはん / 牛乳 ハムチーズフライ 浅漬け すいとん汁 	16(火) ごはん / 牛乳 鶏のごまごま焼き 切干大根の煮物 白菜のみそ汁 	17(水) ごはん / 牛乳 いかの揚げ煮 ほうれん草の五目炒め 大根と里芋のみそ汁 	18(木) 牛乳 二色丼 はるさめ汁 果物(りんご) 	19(金) 牛乳 カレーライス フルーツポンチ
22(月) 冬至給食 わかめごはん / 牛乳 れんこんとえびの寄せ揚げ パックソース あずきかぼちゃ こまつなのみそ汁 	23(火) ごはん / 牛乳 焼き餃子 茎わかめのサラダ 豆乳キムチ鍋 	24(水) クリスマス献立 ごはん / 牛乳 もみの木ハンバーグ キラキラサラダ 白菜とベーコンのスープ クリスマス Xmasデザート(チョコムース) 	25(木) ごはん / 牛乳 さけの塩焼き もやしとにらの炒め物 キャベツのみそ汁 	26(金) コッパパン / 牛乳 パンネのトマトソース パイザンヌスープ 黒豆きなこクリーム

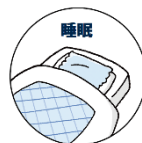
令和7年

給食だより



今年も残りあとわずか。冬休みは大みそかやお正月などの行事があり、家族や親戚と過ごす時間が多いことでしょう。ご家庭の味や地域ならではの料理について話をするよい機会です。ぜひ家族だんらんでよいお年をお迎えください。

かぜ予防のためには、石けんでしっかりと手洗いをし、うがいをしましょう。そして、栄養バランスのよい食事や、適度な運動、十分な睡眠で体調をととのえましょう。



12月1日（月）～ 12月5日（金）

自分でできる！ 家族と取り組む！ 食品ロスを減らす工夫

家庭の食品ロスを減らすためには、必要なものだけ買い、余った食材や料理は別の料理に活用して食べきるようにします。また、加工食品の期限表示を正しく理解することが大切です。家族で協力して取り組みましょう。



心を育む学校給食週間

学校給食の歴史を知ろう！

日本の学校給食は、明治22年（1889年）に山形県鶴岡市で始まり、全国に広がっていきましたが、戦争で中断されました。戦後の食糧難で子どもたちの栄養状態が悪化すると、給食の必要性が叫ばれ、海外からも物資寄贈の申し出がありました。これを受け、学校給食が再開されたのです。世界中の人々からの温かい支援に感謝するとともに、教育の一環として行われる学校給食の意義を考え、その発展を期して、毎年12月の第1週目に、心を育む学校給食週間を実施しております。



この期間には、学校給食の歴史や給食の役割、食文化についてなど、さまざまな取り組みが行われています。食べ物や作る人々の思いに感謝し、食べることの大切さについても考える機会としています。ご家庭でも、毎日の食事に込められた思いや食事の大切さについて、折にふれてお話ししていただければと思います。

感謝の心を持って食事をしよう！



山のとっぺんを「いただき（頂）」と言いますが、昔、大切なものをもらうとき、一度頭の上に掲げ、かしこまって頂戴したことから生まれた言葉とされています。さらに食事で動植物の命を“いただいて”いること、食事が出来ることへの感謝の気持ちも込められています。



「ちそう（馳走）」とは、「走り回る」という意味です。昔は大切な人をもてなすために遠くまで駆け回り食べ物を集めてきてくれた人への感謝を表していました。毎日食事ができるかげには、様々な人の仕事や協力があります。そのことに感謝してあいさつをしましょう。