

# 12月 こんだてひょう





#### 小田原市立富水小学校

2024年も残すところあと1ヶ月となりました。今年は暑い時期が長く、涼しくなってきたと思ったら一気に冬のような気候になりました。暑い時期は、水分を多くとることも関係して、給食の食べる量は減ってしまいがちです。寒くなってきたことで、しっかり食べられる子がが増えてきた気がします。しかし、これからの季節は、風邪や感染症が流行ります。子どもでも大人でも、睡眠・食事は健康、体調管理の基本です。12月は楽しいイベントがたくさんありますので、しっかり食べて、クリスマスやお正月など楽しく、元気に楽しく過ごしてほしいと思います。

## 12月のきゅうしょくもくひょう

#### 「たべもののはたらきをしろう からだのちょうしをととのえる 緑色のたべもの」

食材納品の関係で献立が急に変更になることがあります。

	献立の栄養価は中学年の栄養価です。							
ひ	こんだてめい	おもにからだをつくる もとになるしょくひん	おもにエネルギーの もとになるしょくひん	おもにからだのちょうしを ととのえるしょくひん	エネルギー kcal たんぱくしつ g	おしらせ		
ようび		(あか)	(き)	(みどり)	しぼう g えんぶん g	そのほか		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう ぶたにく	あぶら ゆでめん	にんじん たまねぎ	617			
2	わかめうどん	なると	さとう さつまいも	  しいたけ ながねぎ	22.3			
	さつまいものてんぷら		こむぎこ	わかめ	16.3			
月月				1373 33	2.2			
	  ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう ぶたにく	あぶら ハフトフランフ	  にんじん たまねぎ	636			
3	C ゆ フにゅ フ    ソフトフランス・しょうなんゴールドジャム	だっしふんにゅう	コロッケ じゃがいも		23.4			
		1/C J OISWINCH J						
火	コロッケ		[C83C Y-777]	しょうなんゴールドジャム				
	コーンクリームシチュー	ギ・ニー・ニ ナカス	+ > > - > - > + /		2.4			
4	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう さわら		しょうがながねぎ	629			
	ごはん・おかかふりかけ	おかかふりかけ なまあげ	さとう でんぷん	にんじん たまねぎ	30.9			
水	さわらのてりやき	ぶたにく		しらたき しいたけ はくさい	19.4			
	すきやきふうに				1.8			
5	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう ぶたにく	あぶら ごはん	にんじん はくさい キムチ	620			
	キムタクごはん	とりにく さつまあげ	ごまあぶら さとう	きざみたくあん にら	26.3			
木	こんにゃくのきんぴら		でんぷん ごま	ごぼう つきこんにゃく	19.5			
				いんげん	2.4			
6	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう とりにく	あぶら アルファかまい	にんにく たまねぎ にんじん	591			
	ケチャップライス	ウィンナー ベーコン	ビーフン でんぷん	トマト パセリ とうもろこし	20.2			
金	ビーフンスープ			もやし えのきたけ こまつな	19.8			
					2.7			
9	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう ぶたにく	あぶら ホットラーメン	メンマ にんにく にんじん	589	おはなし		
9	みそラーメン	みそ	ごまあぶら じゃがいも	もやし キャベツ にら	25.6	きゅうしょく		
	やさいチップス			とうもろこし ごぼう	18.3	「世界で最 初のポテト		
月					2.3	チップス」		
10	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう とりにく	あぶら くろパン	にんにく マーマレード	627			
10	くろパン	ぶたにく ウィンナー	アルファベットマカロニ	にんじん たまねぎ キャベツ	30.4			
,,,	マーマレードチキン			こまつな	25.8			
火	ABCスープ				2.3			
1 1	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう ぶたひきにく	あぶら ごはん	にんじん しょうが しいたけ	633			
11	にくみそごはん	みそ ぶたにく さつまあげ	さとう	たまねぎ えだまめ とうもろこし	26.6			
_1.	きりぼしだいこんのにもの			きりぼしだいこん つきこんにゃく	19.2			
水				こまつな	1.9			
40	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう ぶたにく	あぶら ごはん	にんにく セロリ にんじん	620	Lat Late		
12	カレーライス	だっしふんにゅう	じゃがいも こむぎこ	たまねぎ トマト りんごソース	20.2	おはなしきゅうしょく		
	おんやさい		マーガリン	キャベツ とうもろこし	17.8	「給食番長」		
木	たまねぎドレッシング			たまねぎドレッシング	2.5	等		
10	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう さば	あぶら ごはん	しょうが ごぼう にんじん	613			
13	ごはん	みそ とうふ		こんにゃく だいこん	26.6	ジブリ献立		
	サバのみそに			ながねぎ	18.9	「風立ちぬ」		
金	けんちんじる				2			

# こんげつのおだわらさん

~給食で使用予定の、地場産物を紹介します~

**稲良で使用ア疋の、地場座物を稲介します~** こまつな とうふ あぶらあげ サバフグ キャベ 小田原市の学校給食では、給食で使用する食材の放射性物質検査を実施しています。検査結果については、市のホームページでお知らせしています。

できることであり、							
(あか) (き) (みどり) たみぶん を そのほか   そのほか   そのほか   ではなし   でもないにため   ではなし   でもないにため   でもないにため   でもないにため   でもないにため   でもないにため   でもないにため   でもないにため   でもないにため   でもないにため   でもないにない   でもないにく   でもない	ひ	こんだてめい				たんぱくしつ g	おしらせ
16	ようび	C/ 0/C (05V)	(あか)	(き)	(みどり)		そのほか
カートリース コロアケーキ   さとつ こむきこ   にんじん トマト   24.9   きゅうにょう	16	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう ぶたひきにく	あぶら ソフトめん	にんにく セロリ たまねぎ	669	きゅうしょく 「はらぺこ
日   ココアケーキ   マーガリン ホットケーキミックス   20.1   「はらによるおおむし」   2   2   2   2   2   2   2   2   2		ソフトめん	だいずミート	さとう こむぎこ	にんじん トマト	24.9	
ココアケーキ   2   2   17   2   2   3   3   5   2   2   3   3   5   2   2   3   3   5   2   3   3   5   2   3   3   5   2   3   3   5   2   3   3   5   2   3   3   5   2   3   3   5   2   3   3   5   2   3   3   5   2   3   3   5   2   3   3   5   2   3   3   5   2   3   3   5   2   3   3   5   2   3   3   5   2   3   3   5   2   3   3   5   2   3   3   5   2   3   3   5   2   3   3   3   5   2   3   3   3   5   2   3   3   3   5   2   3   3   3   3   3   3   3   3   3		ミートソース		マーガリン ホットケーキミックス		20.1	
17	月月	ココアケーキ				2	めおむし」
アップルジナモソトースト ポークシチュー カップでヤクルト マーガリン さとつ じゃがいも こむぎこ マーガリン 2.2 18 ぎゅうにゅう きゅうにゅう サバフグ あぶら ごはん さとう こむぎこ でんぶん じゃがいも ながねぎ キャベッ とうもろこし 17 からいいため とんじる 19 ちゅうにゅう ぶたにく あぶら ごはん でんぶん ごまあぶら にんじん もやし キャベッ とうもろこし 17 なると にくだんご かぶら ごはん でんぶん ごまあぶら にんじん もやし キャベッ 26.6 ながねぎ 24.3 1.8 1.8 1.8 20 ごゅうにゅう さゅうにゅう ウィンナー おぶら ごはん さとう マカロニ おおむき キャベッ 25.1 つりスマス こんだて 金 ぎゅうにゅう きゅうにゅう とりにく あぶら ホットラーメン にんにく にんじん たまねぎ カリスマス こんだて 23 ぎゅうにゅう きゅうにゅう とりにく あぶら ホットラーメン にんにく にんじん たまねぎ フリスマス こんだて 23 ぎゅうにゅう さゅうにゅう とりにく あぶら ホットラーメン にんにく にんじん たまねぎ フィンガー ちゅうにゅう とりにく あぶら ホットラーメン にんにく にんじん たまねぎ フリスマス こんだて 23 ぎゅうにゅう さゅうにゅう とりにく あぶら ホットラーメン にんにく にんじん たまねぎ フリスマス こんだて 23 ぎゅうにゅう とりにく あぶら ホットラーメン にんにく にんじん たまねぎ フィンガー ちゅうにゅう とりにく あぶら ホットラーメン にんにく にんじん たまねぎ フィンガー ちゅうにゅう とりにく カぶら ホットラーメン にんにく にんじん たまねぎ 丁葉の上の ボニョ」 フリスマス 「産の上の ボニョ」 フリス マス フリス・フィー マー・フィー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファ	17	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう ぶたにく	あぶら しょくパン	りんごソース たまねぎ	704	「天空の城
火 カップでヤクルト さゅうにゅう サバフグ あぶら ごはん マーガリン 2.2 まだわら こんだへ こんにゃく 29.8 おだわら こんだへ かないいため さとう こむぎこ でんぶん じゃがいも ながねぎ キャベッ とうもろこし 17 ながねぎ キャベッ とうもろこし 17 ながねぎ キャベッ とうもろこし 17 ながねぎ キャベッ とうもろこし 17 ながねぎ 1.8 19 ちゅうにゅう あぶら ごはん しょうが にんにく たまねぎ 656 なると にくだんご でんぶん ごまあぶら にんじん もやし キャベッ 26.6 ながねぎ 24.3 18   20 ごはん・もみのきハンバーグ 金 であったゅう ウィンナー まのきハンバーグ 金 であったゅう かったゅう かったゅう ウィンナー もみのきハンバーグ ましマカロニのスープ ぎゅうにゅう ウィンナー あぶら ごはん さとう マカロニ まねぎ キャベッ 25.1 なんだて 21.9 なんだて 21.9 ながねぎ 727 もやし ながねぎ メンマ 29.2 ブブリ献立 「産の上の ポニョ」 カリスマス にんこく こんじん たまねぎ スプス でんだて 27.3 ボニョ」		アップルシナモントースト	にくだんご カップでヤクルト	マーガリン さとう	にんじん	25.5	
カップでヤクルト   マーカリン   2.2   18		ポークシチュー		じゃがいも こむぎこ		32	
18		カップでヤクルト		マーガリン		2.2	
ではん・サバフクのからあげ   ぶたにく みそ とうふ   さとう こむぎこ   だいこん こんにゃく 29.8   おだわら こんだて   やさいいため とんじる   17   18   18   18   18   18   18   18	18	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう サバフグ	あぶら ごはん	しょうが ごぼう にんじん	622	
水   とんじる   1.8		ごはん・サバフグのからあげ	ぶたにく みそ とうふ	さとう こむぎこ	だいこん こんにゃく	29.8	
さんじる	水	やさいいため		でんぷん じゃがいも	ながねぎ キャベツ とうもろこし	17	
19   ちゅうかどん   なると にくだんご でんぶん ごまあぶら にんじん もやし キャベッ   26.6   24.3   1.8   20   ぎゅうにゅう ウィンナー おぶら ごはん にんじん トマト   649   25.1   25.		とんじる				1.8	
たいこのできる	10	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう ぶたにく	あぶら ごはん	しょうが にんにく たまねぎ	656	
T	19	ちゅうかどん	なると にくだんご	でんぷん ごまあぶら	にんじん もやし キャベツ	26.6	
1.8		にくだんごのあまずあんかけ		さとう	ながねぎ	24.3	
こはん・もみのきハンバーグ   もみのきハンバーグ   さとう マカロニ   たまねぎ キャベツ   25.1   カリスマス こんだて   こまつな   21.9   こんだて   23   ぎゅうにゅう   ぎゅうにゅう   とりにく   あぶら   ホットラーメン   にんにく にんじん   たまねぎ   727   できぶた   ハム はるまき   エクレア   もやし ながねぎ メンマ   29.2   ジブリ献立   「崖の上の ポニョ」	一不					1.8	
こはん・もみのきハンバーク   もみのきハンバーク   さとっ マカロニ   たまねき ギャベツ   25.1   カリスマス   こまつな   21.9   こんだて   23   ぎゅうにゅう とりにく あぶら ホットラーメン   にんにく にんじん たまねぎ   727   できぶた ハム はるまき   エクレア   もやし ながねぎ メンマ   29.2   ジブリ献立   「崖の上の ポニョ」	20	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう ウィンナー	あぶら ごはん	にんじん トマト	649	
金 は	20	ごはん・もみのきハンバーグ	もみのきハンバーグ	さとう マカロニ	たまねぎ キャベツ	25.1	クリスマス
ぎゅうにゅう   ぎゅうにゅう とりにく あぶら ホットラーメン にんにく にんじん たまねぎ   727   ヤきぶた ハム はるまき   エクレア   もやし ながねぎ メンマ   29.2 ジブリ献立 「崖の上の ポニョ」	   <sub>全</sub>	ほしマカロニのスープ			こまつな	21.9	こんだて
23   ポニョラーメン   やきぶた ハム はるまき   エクレア   もやし ながねぎ メンマ   29.2   ジブリ献立   「崖の上の ポニョ」	立立					2.1	
	23	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう とりにく	あぶら ホットラーメン	にんにく にんじん たまねぎ	727	
はるまき     ポニョ」		ポニョラーメン	やきぶた ハム はるまき	エクレア	もやし ながねぎ メンマ	29.2	
2.6		はるまき				27.3	
		エクレア				2.6	

# 

日本の学校給食は、明治22年山形県の小学校で貧困児童を対象に行われたのが学校給食の始まりといわれています。当時は、 餓死をしてしまうような深刻な不況が続き、貧しい人も多かったため給食の提供が行われたそうです。その後、昭和21年12 月24日に給食が再開しました。給食を支援してくれた人への感謝の気持ちと、食べ物の大切さを考えるため給食週間ができま した。

富水小学校は12月9日(月)~13日(金)が給食週間です。"給食は美味しく楽しい時間"ということを少しでも感じて もらうことをねらいとしています。そのため、献立で「ワクワク、楽しみ!」という気持ちを持ってもらいたいと思い、テーマ性 がある献立を入れています。ジブリアニメに出てくる料理を給食で再現する「ジブリ献立」、富水小の図書室にある本の料理を再 現した「おはなし給食」など、子ども達にとって興味・関心が沸くような献立を提供したいと思います。

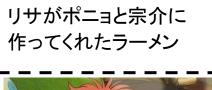
また、そのような献立を提供する日は、献立にまつわる掲示を児童昇降口前にします。子どもたちが、視覚的にも給食を感じ てもらえるような給食週間になると良いと思っています。教育面談でお越しの際は、保護者の方にも見てもらえたらと思ってい ます。

【12月17日(火) ┃シータがつくる **I** ポークシチュー

## 「天空の城ラピュタ」より肉 団子入りポークシチュー



12月23日(月)





「崖の上のポニョ」より ポニョラーメン



主人公の二郎が、サバ の骨の曲線美に「美し い」と感動し、サバの骨 を持ち帰り、飛行機をつ

くるヒントにします。

「風立ちぬ」よりサバの味噌煮





12月13日(金)

二郎が定食屋で毎回注文する サバの味噌煮

当日は、映画音楽も流す予定 です♪