

給食だより

令和8年1月

さいたま市立大砂土小学校

1月24日～30日は 全国学校給食週間



大砂土小学校では、1月27日～30日を給食週間として、6年生が家庭科の授業で立てた献立を提供します。6年生がテーマを決め、栄養バランスや彩り、味付けのバランスなどを考えてくれた献立です。一生懸命考えててくれて、給食週間だけでは紹介しきれなかったので、給食週間以外でも1月、2月に6年生が考えた献立を提供する予定です。1月提供予定の献立を紹介します。

1月13日（火）

・野菜ふりかけ・中華風ポテトサラダ

地産地消を意識した小松菜と栄養いっぱいのほうれんそうを使ったふりかけです。

ポテトサラダにヨーグルトを入れて、まろやかに仕上がるようと考えてくれました♪

1月16日（金）

・びりん飯・きりたんぽ汁

学校の給食大旅行！というテーマで熊本県の『びりん飯』、秋田の『きりたんぽ汁』の郷土料理を組み合わせて、食で旅する献立を考えてくれました♪

1月21日（水）

・わかめご飯・カレー風味肉じゃが ・ほうれん草のラッキースター和え物

和え物は、ツナを入れることで、ほうれん草が苦手な人でもおいしく食べられるのではと考えました。また、各クラスに星形の人参を入れて、楽しめるようにしたそうです。

人気メニューの肉じゃがとカレーを合わせたカレー風味の肉じゃがです♪



学校給食の 始まりは？

学校給食は、明治22年（1889年）、山形県の忠愛小学校で、家が貧しい子どもたちへ無償で昼食を出したのが始まりとされています。献立は塩さけ、おにぎり、漬物といわれます。その後、全国各地に広まりました。

学校給食の 役割は？

現在の学校給食は、栄養バランスのとれた食事で、成長期にある子どもたちの健やかな成長を支え、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけるために重要な役割を果たしています。

1月23日（金）

・さいたまグリーンスパゲティ ・ヨーグルト

さいたま市のおいしい旬の野菜『小松菜』を使ったソースを考えてくれました。バターの風味やコクをきかせたソースにこだわり、給食では、バターしょうゆ味のグリーンスパゲティです♪

1月27日（火）

・さつまいもご飯・鶏の竜田揚げ ・キムチ豚汁・いちご

旬の食材、埼玉県で多く作られている野菜を取り入れたメニューです。

普段の豚汁にキムチを入れて辛みを出し、みんなが楽しめるように考えてくれました。食べる人の顔を浮かべて考えたそうです♪

1月28日（水）

・豚肉と卵のみぞ炒め ・かぶと大根のサラダ



たんぱく質を意識して豚肉と卵の炒め物を考え、午後もがんばれるようなメニューにしたそうです。

また、かぶ、大根の旬の食材を使った、給食では珍しい組み合わせのサラダです♪

1月29日（木）

・ホウズキのムニエル風ソースかけ ・ほうれん草のシチュー

すっきりした味にするため、レモンがきいたソースを考えてくれました。揚げたホウズキにソースをかけたものを提供します。

野菜が得意ではないけれど、埼玉県で作られた旬のほうれん草を入れたらおいしく食べられるのではないかと考えたそうです。彩りも想像しながら考えたそうです♪

1月30日（金）

・鶏肉のすだちソースかけ ・あさりの味噌汁

徳島県で食べて美味しかった料理を再現したいという思いで献立を立ててくれました。

すだちのすっぱさが鶏肉料理と合うと考えたメニューです。海と山の幸、両方を味わいたいという思いであさりの味噌汁にしたそうです♪

