

○毎日の給食には、牛乳(200ml)1本がつき、栄養摂取量には牛乳の栄養価も含まれています。

○食品名に☆印があるのは、

大東市の5大アレルゲン（鶏卵・うずら卵、乳・乳製品、小麦、えび、ごま・ごま油）です。

○食物アレルギーのある方は、献立表でよくご確認ください。

○加工食品の成分表が必要な方は市のホームページでご確認できます。「大東市学校給食成分表」で検索してください。



○令和6年10月以降、保護者の経済的負担軽減を目的として、食材費についても市が全額負担し、児童にかかる学校給食を無償で提供しています。

○気象状況などの影響で、一部食材が変更になることがあります。その場合は、学校を通じてお知らせします。

日付	28日(水)	29日(木)	30日(金)
[ハムピラフ]	[黒糖ペーパン]	[ごはん]	
精白米 65	☆黒糖ペーパン 1コ	精白米 80	
ハム(ボンレス) 15 (6ミリ角)	[やさいラーメン] 豚肉 10	[関東煮] 皮なし鶏肉 20	
たまねぎ 11	☆中華麺 60	☆うずら卵 15	
にんじん 7	にんじん 11	平天 10	
エリンギ 5	たまねぎ 11	ミニミニがんも 10	
オリーブ油 2	キャベツ 22	じゃがいも 33	
しお 0.8	チンゲン菜 22	板こんにゃく 20	
こしょう 0.03	いため油 0.5	だいこん 33	
とりがらスープ 8	しお 0.6	にんじん 16	
水 83	こしょう 0.03	さとう 3.5	
[豆乳ポタージュ]	うすくちしょうゆ 6	こいくちしょうゆ 4.5	
皮なし鶏肉 10	ポークブイヨン(缶) 8	けずりぶし 1	
じゃがいも 33	水 140	水 40	
たまねぎ 33	[いかナゲット] [おかかあえ]		
にんじん 11	☆いかナゲット(小麦) 2コ	はくさい 55	
スイートコーン 15	揚げ油 4	ほうれんそう 16	
いため油 1		粉かつお 0.3	
しお 0.9		さとう 1	
こしょう 0.03		うすくちしょうゆ 2	
☆小麦粉 5		いため油 0.5	
☆バター 5			
☆牛乳 25			
豆乳(無調整) 15			
☆生クリーム 2			
とりがらスープ 8			
水 80			
[パインカクテル]			
パイン缶 20			
冷凍ゼリー(レモン) 15			
冷凍ゼリー(みかん) 15			
エネルギー (kcal)	600	571	576
たんぱく質 (g)	20.0	23.6	24.1
塩分 (g)	2.3	2.8	1.6

献立紹介  
9日(金) 田作り

## 【材料・分量(4人分)】

かえりちりめん  
揚げ油  
さとう  
さけ、みりん、こいくちしょうゆ

## 【作り方】

50g ① かえりちりめんは、少量の油で揚げる。  
適量 ② フライパンで、調味料を煮立てて揚げた  
大さじ1 かえりちりめんをからめて、仕上げる。  
小さじ1 ※白ごまを入れるとさらにおいしいです。



田作りは、炒って作るのが一般的ですが、給食では油で揚げて作っています。パラッと仕上がり、子どもたちにも好評です。ぜひ作ってみてください。

## \*田作りの意味\*

むかしは、田畠の肥料にイワシが使われていました。この肥料を使うと、豊作になることが多かったため、五穀豊穣(ごこくほうじょう)を願って食べられるようになりました。



毎年1月24日～30日は全国学校給食週間です。

学校給食の意義や役割について理解を深め、学校給食に対する関心を高めることを目的としています。

## 学校給食のはじまり

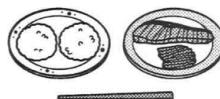
明治22年(1889年)、山形県鶴岡町私立忠愛小学校で、弁当を持ってこられない子どもたちのために、先生が昼ごはんを提供したのが学校給食の始まりとされています。その後、全国各地で給食が実施されましたが、戦争による食糧不足などを理由に学校給食は中止せざるを得なくなってしまいます。

戦争が終り、食糧不足による児童の栄養失調を救おうと、ユニセフやララ(アジア救済公認団体)から小麦粉や脱脂粉乳などの食糧の援助がはじまりました。昭和21年(1946年)12月24日、学校給食が再開され、この日を『学校給食記念日』と定めました。

12月24日は冬休みと重なるため、昭和25年(1950年)、1月24日～30日までの1週間を「全国学校給食週間」と定め、学校給食の意義について理解し、感謝の心を育むための取り組みが全国の学校で行われています。

## 【明治22年】

おにぎり  
塩さけ  
菜の漬物



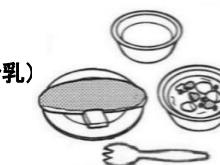
## 【昭和21年】

トマトシチュー  
ミルク(脱脂粉乳)



## 【昭和29年】

コッペパン、ミルク(脱脂粉乳)  
スープ、マーガリン



現在の学校給食は、栄養補給の他にも、食事のマナー、感謝の心、地域の食材や行事食・郷土食などを知り、食品を選択する能力の育成など、健康な生活を送るために大切な食生活について学ぶ「生きた教材」としての役割もあります。日本の学校給食は素晴らしいと世界からも高く評価されています。

## 大東市の学校給食のはじまり

大東市では、住道北小学校の教諭で栄養士でもある中島すえさんが、家庭での食生活調査を行った後、昭和8年にお昼ごはんのない児童のために、自宅で昼食を作ったのが給食のはじまりです。

1946年ごろ

住道北小学校に続き、他の小学校でも給食実施されはじめる。

1952年

パン・牛乳(脱脂粉乳)・おかずの完全給食が週3回実施される。

1964年

給食が、週4回実施される。

1971年

給食が、週5回実施される。

1980年

米飯給食が月1回導入される。

2009年

米飯給食が週3回とさらに月1回増える。

2013年9月

大東市内で中学校給食が始まる。

2025年

米飯給食が週4回実施される。

