

2024年も
どうぞ よろしく
お願いいたします。



		10 行事食	11 行事食	12 国際理解
		正月料理の松風焼き・なますについて知る	鏡開きについて知る	カナダ料理を味わう
		赤米ごはん 精白米 赤米	ごはん 精白米	黒パン いんげん豆 金時豆 ブロッコリー コーン にんじん 米油 砂糖
		松風焼き 豚肉 鶏卵 豆腐 だいず ねぎ しょうが 砂糖 ごま	筑前煮 鶏肉 さつま揚げ 凍り豆腐 さといも にんじん ごぼう たけのこ しょうが こんにゃく 米油 砂糖	たらのチャウダー たら じゃがいも たまねぎ にんじん しめじ ほうれんそう セロリ にんにく 米油 牛乳 豆乳 脱脂粉糖 コーンスターチ
		なます だいこん にんじん ゆず 砂糖	かきたま汁 鶏卵 豆腐 ねぎ こまつな えのきたけ かんぴょう てんぷん	ビーンスアラダ りんご 小麦粉
		七草汁 鶏肉 なたと はくさい かぶ だいこん こまつな セリ	ぜんざい あずき かぼちゃ 砂糖	アップルクラムブル りんご 小麦粉 メープルシュガー バター
		牛乳	牛乳	牛乳
15	16	17	18	19 食育の日
正月料理の栗きんとんを味わう	季節の食品はくさいを味わう	横浜発祥のナポリタンを味わう	横浜の米飯給食のはじまりについて知る	給食が始まった頃の献立を知る
麦ごはん 精白米 米粒麦	呉汁 だいずかぶ ねぎ こまつな にんじん こんにゃく みそ	ロールパン 精白米 米粒麦	麦ごはん 精白米 米粒麦	はいがごはん はいが米
ツナそぼろ まぐろ油漬 凍り豆腐 にんじん しょうが 砂糖	栗きんとん さつまいも 栗 砂糖	スパゲティナポリタン スパゲティ 豚肉 ウィンナーソーセージ たまねぎ にんじん しめじ ピーマン にんにく 米油 トマトピューレー チーズ	ポークカレー 豚肉 じゃがいも たまねぎ にんじん しょうが にんにく 米油 小麦粉	焼きのり 焼き魚 さば しょうが てんぷん
牛乳	牛乳	牛乳	プルーンはっこう乳	すいとん 小麦粉 豚肉 だいこん にんじん ねぎ こまつな
22	23	24 郷土料理	25	26
横浜にかかわりのある料理について知る	横浜にかかわりのある料理について知る	横浜発祥のすき焼きについて知る	だいずの栄養について知る	けんちん汁について知る
麦ごはん 精白米 米粒麦	茎わかめスープ 茎わかめ もやし にんじん ねぎ はるさめ ごま油	はいがごはん はいが米	丸パン ベーコン たまねぎ キャベツ にんじん	はいがごはん はいが米
麻婆豆腐 豆腐 豚肉 ねぎ にんじん しょうが にんにく 米油 みそ 砂糖 てんぷん テンメンジャン トウバンジャン	炊き込みチャーハン 精白米 米粒麦 豚肉 なたと にんじん ねぎ ごま油	すき焼き風煮 牛肉 焼き豆腐 ねぎ はくさい えのきたけ しんぎく しらたき ふ 米油 砂糖	チリコンカン 豚肉 だいず たまねぎ にんじん ピーマン にんにく マカロニ 米油 小麦粉 トマトピューレー	さいのみそ煮 さば しょうが 砂糖 みそ
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
29	30	31	★献立について★	
だしについて知る	卵の栄養について知る	就学面談(届出休校)	○お正月にちなみ、筑前煮・栗きんとん・松風焼き・なますを取り入れました。 ○1月11日の「鏡開き」ちなみ、ぜんざいを取り入れました。 ○給食週間にちなみ、横浜にかかわりの深いメニューを取り入れました。 (炊き込みチャーハン、サンマー麺、すき焼き風煮、スパゲティナポリタン、麻婆豆腐) ○食育の日は、戦後の給食の歴史を知る献立を取り入れました。 (麦ごはん・焼き魚・即席漬・焼きのり・すいとん) ○郷土料理の献立として横浜発祥の料理(すき焼き風煮)を取り入れました。 ○国際理解料理として、カナダの料理(たらのチャウダー・アップルクラムブル)を取り入れました。	
麦ごはん 精白米 米粒麦	みそ汁 油揚げ はくさい こまつな ねぎ みそ	はいがパン 精白米 米粒麦		
ぶりだいこん ぶり だいこん ねぎ しょうが 砂糖	納豆 鶏卵 チーズ ベーコン じゃがいも たまねぎ パセリ バター	豆と野菜のスープ 豚肉 キャベツ たまねぎ にんじん いんげん豆		
牛乳	牛乳	プルーンの甘煮 ドライプルーン		
		牛乳		



「公益財団法人 よこはま学校食育財団」からのお知らせ
ホームページの食育ひろばでは、給食の作り方などをご紹介します。是非、ご覧になってください。



作ってみよう!給食の
献立(料理編)

・給食の作り方を
紹介しています。



レシピは、
180以上
のっています。

おうち給食始めました

・作った料理の写真を
撮って、投稿してみ
てください。

