

令和6年度
(2025年)



♪マークは、
3年生のリクエスト
☆マークは、
あげパンコンテスト

1月 献立表

大田区立大森第七中学校
校長 佐藤 圭一
栄養士 松下 さとみ

実施日	曜日	献立名	牛乳	エネルギー(kcal)	給食だより
9	木	肉豆腐丼 みそ汁 白玉ぜんざい	○	867	【1月の給食目標】 日本の食文化について考えよう 日本では年中行事と関連した行事食があります。おせち料理に込められた願いや意味を紹介します。 おせち料理 雑煮 七草がゆ 今月の献立から
10	金	ごはん 鰯のりんごソース ごま和え もずくのかき玉汁	○	800	
14	火	えびと豆腐のうま煮丼 マロニースープ 果物(りんご)	○	779	
15	水	小豆ごはん 松風焼き からし和え みそ汁	○	779	
16	木	鶏ごぼうピラフ ししゃもフライ 野菜のチャウダー	○	867	
17	金	照り焼きチキンバーガー たらこのブイヤベース 果物(デコポン)	○	721	
20	月	七草うどん こんにゃくと厚揚げの煮物 ♪スイートポテト	○	730	
21	火	もぶりごはん(広島) ワニ(サメ)のから揚げ(広島) ツナと野菜のレモン醤油和え 果物(デコポン)	○	789	
22	水	ごはん 鮭のつけ焼き たくあん和え すいとん汁	○	746	
23	木	枝豆じゃこチャーハン あんかけ卵焼き 中華コーンスープ	○	765	
24	金	ガーリックフランスパン 冬野菜のポトフ ハムサラダ いちご	○	723	9日・15日・20日 「白玉ぜんざい」「小豆ごはん」「七草うどん」 お正月にちなんだメニューです。「白玉ぜんざい」は1月11日「鏡開き」、「小豆ごはん」は1月15日の「小正月」、「七草うどん」は「春の七草」に関連しています。 24日から2月6日 大田区学校給食週間 大田区では、24日から2月6日の「海苔の日」まで大田区学校給食週間を行います。 その取り組みの一つに大田区発祥のあげパンの人気の味を投票で決める「あげパンコンテスト」を行いました。きなこ、砂糖、シナモン、ココア、お茶、ごまの中から大森第七中学校は「お茶あげパン」に決まりました。 1月29日は、1(一番の)2(人気)9(給食)として「たこべったん(今回はいかべったん)」を出します。学校給食の歴史や意義、役割などを食べて学びましょう。 給食が始まったのはいつから? 給食に牛乳が出るのはどうして? 日本の学校給食は、山形県 成長期に骨量が高めること 鶴岡町の私立忠愛小学校におは、骨づくりや骨粗しょう症 いて、明治22年に無償で始予防のために重要です。牛乳 まったとされています。そのはカルシウムを豊富に含み、 目的は、貧困児を救うための吸収率も優れているため給食 ものでした。に出されているのです。
25	土	ソフト麺ミートソース コーンサラダ ♪フルーツポンチ	○	782	
28	火	大森七中あげパンコンテスト1位 ☆お茶あげパン チリコンカン チーズ海藻サラダ	○	776	
29	水	大田夕焼きそば いかべったん 果物(みかん)	○	762	
30	木	♪チキンカレーライス わかめサラダ りんごゼリー	○	854	
31	金	ごはん くじらの竜田揚げ じゃがいものごま酢和え 飛鳥汁(奈良)	○	829	

*食材並びに学校行事等の理由で、献立が変更になることがありますので、ご了承ください。*牛乳は、毎日つきます。
*和風出しは、削り節・昆布などを使用します。*なお、食材選定・調理には細心の注意で、安全で安心のできる給食を目指しています。

★3年生リクエスト給食の結果★

給食委員が3年生にリクエスト給食のアンケートを実施・集計しました。結果は、下の表の通りです。3学期の給食に登場しますので、楽しみにしてください！

	主食		主菜・副菜		デザート	
	1位	2位	1位	2位	1位	2位
3-1	カレーライス	みそラーメン	鶏のから揚げ	ジャンボ揚げ餃子	スイートポテト	抹茶ケーキ
3-2	カレーライス	みそラーメン	鶏のから揚げ	ジャンボ揚げ餃子	チョコケーキ	お菓子な目玉焼き
3-3	みそラーメン	カレーライス	鶏のから揚げ	ジャンボ揚げ餃子	チョコケーキ	フルーツポンチ
3-4	カレーライス	みそラーメン	鶏のから揚げ	ジャンボ揚げ餃子	チョコケーキ	抹茶ケーキ
3-5	カレーライス	ジャージャー麺	鶏のから揚げ	パリパリポテトのサラダ	チョコケーキ	オレンジゼリー
3-6	カレーライス	ジャージャー麺	鶏のから揚げ	ハンバーグ	チョコケーキ	抹茶ケーキ