

1月給食だより

広陵町・香芝市共同
中学校給食センター
スマイル
2026年1月号

新年あけましておめでとうございます。お正月はどのように過ごしましたか？
1月に入り、寒さはこれから一段と厳しくなってきます。風邪やインフルエンザ、
ノロウイルスを予防するために、手洗い・うがいをしっかりとしましょう。また、日
頃からバランスの良い食事を心がけ、よく寝て、よく体を動かし、元気な1年をス
タートさせましょう。

1月24日～30日は、

全国学校給食週間

全国学校給食週間は、学校給食の意義や役割などについて理解と
関心を高め、より一層の充実をはかることを目的として定められま
した。令和7年度のテーマは【地産地消】です。奈良県で生産され
た食品を多く使用し、郷土料理なども取り入れる予定です。
給食では、1月26日～30日に実施します。



1月17日は、
防災とボランティアの日



平成7年1月17日に、阪神・淡路大
震災という大きな地震が起きました。
このとき、全国各地から被災地へ多くの
ボランティアが駆け付け、避難所での炊
き出しや物品の配布など、様々な所で活
躍したそうです。給食では1月15日に
防災を意識した献立を実施します。

奈良県産食材（1月使用分）

米 パン 米粉 ぶなしめじ まいたけ 青ねぎ 小松菜 白ねぎ 大和まな(漬物)
ほうじ茶 こんにゃく 厚焼き卵 里芋コロッケ ふしそうめん 奈良抹茶大福
マーマレード 吉野葛入りうどん かぼちゃと大和ポークひき肉フライ 豚ひき肉
奈良県産お米のタルト
※一部：白菜 大根 キャベツ 豆腐

地域や家庭によって様々な違い 正月料理

おせち料理や雑煮などの正月料理は、地域
や家庭によって、味つけや使われている材料
などが違うことがあります。自分たちが住む
地域の正月料理が、どんなものかを調べてみ
ましょう。また、他の地域
にはどんな正月料理があり、
どんな違いがあるかを見て
みましょう。



ブリは出世魚



ブリは、成長するに
つれて名前が変わる
出世魚で、地域によっ
ても呼び名が違いま
す。例えば、関東では
ワカシ、イナダ、ワラ
サ、関西ではツバス、
ハマチ、メジロなどと
呼ばれています。



1月13日の給食は正月献立です。ブリの照り焼きや、白玉雑煮が登場し
ます。みなさんの家庭ではどんな正月料理が登場しましたか？



令和7年度の食育の日は「世界の料理」をテーマに実施します。

今月の食育の日は1月14日「ドイツの料理」



ドイツは、ヨーロッパの中心に位置する国で、首都はベルリンです。ドイツ
の食文化は、肉、じゃがいも、保存食が中心で、温かい食事は昼食に食べるの
が伝統的です。ヴルスト（ソーセージ）やザワークラウトのような塩味や酸味
が効いたしっかりした味付けが特徴で、厳しい冬を乗り越えるために発展し
た、保存がきく料理が多いです。1月の食育の日には、ドイツの国民的B級
グルメであるカレーヴルスト（ソーセージ）、温かいチキンスープ、ドイツの
伝統的なじゃがいも料理であるジャーマンポテトが登場します。楽しみにして
いてください。

通信欄

- 食物アレルギーの対応を希望される方は、学校へお問い合わせください。
- 広陵町・香芝市共同中学校給食センター使用給食食材の産地と原材料・アレル
ゲン情報を、香芝市教育委員会保健給食課のホームページに掲載しています。