



# 給食だより

# 1月

2026年(令和8年)  
福山市教育委員会  
(学校保健課)

## 学校給食について 知ろう

新しい年を迎えます。2026年も子どもたちが毎日元気に過ごせるように、安心・安全でおいしい給食を提供していきます。

1月24日～30日は、全国学校給食週間です。この機会に、ご家庭で「学校給食」や「食」について話題にしてみましょう。

### 福山市学校給食の歴史

1947年  
ミルク給食を開始  
(脱脂粉乳のみ)

1951年  
完全給食を開始  
(ミルク・パン・おかず)

1970年  
脱脂粉乳から牛乳に

1985年  
米飯給食を開始  
はしの導入

1990年  
米飯給食を週2回に

1997年  
食物アレルギーの  
個別対応を開始

2002年  
米飯給食を週3回に

1999年  
強化磁器食器を導入

2009年  
牛乳容器が瓶から  
紙パックに

2010年  
米飯給食を週4回に  
地域別献立を開始

2020年8月  
市内全中学校給食開始

現在

## 学校給食週間

～食べてスクスク 知ってナットク ふくの山給食～

### パネル展

### 試食会

期間:1月24日(土)～1月30日(金)  
※東部市民センターは27日まで  
会場:福山市役所本庁舎、沼隈支所、  
しんいち・かなべ市民交流センター、  
北部・東部・西部市民センター

会場	日程
しんいち市民交流センター	1月26日(月)
東部市民センター	1月27日(火)
北部市民センター	1月28日(水)
かなべ市民交流センター	1月29日(木)
沼隈支所	1月30日(金)

給食では、地場産物(ふくやまSUN・福山市内産・広島県内産)をできるだけ使用します。  
(材料欄の太字で書いてある材料が地場産物です。天候等により使用できない場合もあります。)

今月の献立 ※ぎゅうにゅうは、毎日あります ※◆は、小学6年生、中学3年生のリクエスト献立です

日 (曜)	こんだてめい F班校 (松永ブロック)	主 な 材 料			調味料・だし等	E値ギ- 和カリ-
		(き) 主に熱や力になるもの	(あか) 主に血や肉になるもの	(みどり) 主に体の調子を 整えるもの		
7 (水)	こがたパン ミートスパゲティ ブロッコリーサラダ かくチーズ	パン スパゲティ あぶら さとう	<b>ぎゅうにゅう</b> ぶたにく ぶたレバー チーズ	たまねぎ にんじん マッシュルーム にんにく キャベツ ブロッコリー とうもろこし	あかワイン しお こしょう ケチャップ す トマトピューレ ウスターソース	(小)566 (中)744
8 (木)	ごはん ◆ぶりのたつたあげ だいこんなます やかましいみそしる	<b>ごはん</b> かたくりこ あぶら さつまいも しろごま さとう	<b>ぎゅうにゅう</b> ぶり あぶらあげ わかめ ちゅうみそ	しょうが だいこん にんじん はくさい たまねぎ えのきだけ ねぎ	しょうゆ す うすくちしょうゆ しお だしiriこ	(小)647 (中)767
9 (金)	ごはん ふりかけ(カルシウムきょうか) はっすん しらたまそうに	<b>ごはん</b> さといも あぶら さとう しらたまもち	<b>ぎゅうにゅう</b> ちくわ(わぎり) あつあげ とりにく	にんじん れんこん こんにゃく ほししいたけ えだまめ はくさい だいこん こまつな	みりん しょうゆ しお だしこんび けずりびし ふりかけ (カルシウムきょうか)	(小)572 (中)714
13 (火)	ジャンボおにぎり けんちんうどん ツナフレークあえ	<b>ごはん</b> うどん さといも さとう	<b>ぎゅうにゅう</b> こんぶつくだに とりにく あぶらあげ まぐろあぶらづけ <b>おにぎりのり</b>	ほししいたけ だいこん ねぎ はくさい <b>ほうれんそう</b> にんじん	しょうゆ だしiriこ	(小)551 (中)686


※Webでの事前申し込みが  
必要です!  
各日40食限定 1食310円

詳しくは学校保健課ホーム  
ページをご覧ください。⇒



今月の食塩摂取量  
小学校:1食平均2.1g  
中学校:1食平均2.4g

「給食費の納付期限は、12月は25日(木)、1月は27日(火)です」「早寝・早起き・朝ごはん」

日 (曜)	こんだてめい F班校 (松永ブロック)	主 な 材 料			調味料・だし等	I福祉・ 和加リ-
		(き) 主に熱や力になるもの	(あか) 主に血や肉になるもの	(みどり) 主に体の調子を 整えるもの		
14 (水)	パン ◆ポークビーンズ かぶサラダ	パン じゃがいも あぶら さとう	<u>ぎゅうにゅう</u> <u>だいず</u> ぶたにく ロースハム	たまねぎ にんじん マッシュルーム かぶ みずな	しお す ケチャップ ウスターソース うすくちしょうゆ こしょう	(小)589 (中)761
15 (木)	ごはん おでん しらすあえ	<u>ごはん</u> さとう くろざとう	<u>ぎゅうにゅう</u> とりにく うずらたまご こんぶ <u>しらすぼし</u> さつまあげ	だいこん れんこん はくさい にんじん <u>ほうれんそう</u> こんにゃく	みりん しょうゆ す うすくちしょうゆ	(小)551 (中)692
16 (金)	ごはん ◆えびのあられあげ かおりあえ おこめんスープ	<u>ごはん</u> こむぎこ ごしきあられ パンこ あぶら <u>こめこめん</u>	<u>ぎゅうにゅう</u> おつきえび ぶたにく	たまねぎ にんじん はくさい ほししいたけ だいこん	しお うすくちしょうゆ とりがらスープ かおり	(小)619 (中)787
19 (月)	ごはん かんこくのり チャプチェ トックいりわかめスープ 	<u>ごはん</u> トック はるさめ あぶら さとう しろごま ごまあぶら	<u>ぎゅうにゅう</u> ぶたにく とりにく わかめ かんこくのり	しょうが にんにく にんじん たまねぎ にら ほししいたけ はくさい	さけ しょうゆ うすくちしょうゆ しお こしょう とりがらスープ	(小)578 (中)719
親善友好都市献立【韓国・浦項市】						
20 (火)	ごはん ジアチャンドウフ ちゅうかサラダ	<u>ごはん</u> さとう あぶら かたくりこ ごまあぶら しろごま	<u>ぎゅうにゅう</u> ぶたにく あつあげ あかみそ まぐろあぶらづけ わかめ	しょうが にんにく たまねぎ にんじん はくさい だいこん ほししいたけ チンゲンサイ	トウバンジャン さけ しょうゆ とりがらスープ しお す	(小)587 (中)731
21 (水)	パン しろみざかなとだいの ピンゴソースかけ おんやさい はくさいスープ	パン かたくりこ あぶら	<u>ぎゅうにゅう</u> ホキ <u>だいず</u> ぶたにく	キャベツ にんじん はくさい たまねぎ ほししいたけ とうもろこし	さけ しお ピンゴソース しょうゆ うすくちしょうゆ とりがらスープ	(小)589 (中)764
22 (木)	ほうめいしゅカレーライス ハムとコーンのサラダ <div>松永ブロック 献立</div> <div>さけかす 入りです！</div>	<u>ごはん</u> じゃがいも あぶら バター こむぎこ さとう	<u>ぎゅうにゅう</u> ぶたにく ロースハム	にんじん たまねぎ にんにく とうもろこし キャベツ きゅうり	ウスターソース トンカツソース ケチャップ <u>さけかす</u> しお しょうゆ す かれーこ こしょう	(小)610 (中)758
23 (金)	むぎごはん こうやどうふのたまごとじ すのもの	むぎ <u>ごはん</u> じゃがいも あぶら さとう	<u>ぎゅうにゅう</u> こうやどうふ たまご ぶたにく わかめ <u>しらすぼし</u>	にんじん たまねぎ ほししいたけ さやいんげん だいこん	しお しょうゆ うすくちしょうゆ す	(小)575 (中)722
26 (月)	ごはん わにのかわりソースかけ おんやさい だいじょいもとりだんごの とうにゅうみそスープ	<u>ごはん</u> あぶら さとう <div>福山で作られた 「だいじょいも」を使用</div>	<u>ぎゅうにゅう</u> わに(こなつき) とうにゅう <u>だいじょいもいり</u> <u>とりだんご</u> ちゅうみそ	キャベツ だいこん たまねぎ にんじん えのきだけ チンゲンサイ	からし す しょうゆ しお こしょう とりがらスープ	(小)580 (中)727
27 (火)	ごはん ◆くれのにくじゃが はりはりづけ アーモンドいりこ 【小学校・中学校】 <div>広島の 郷土料理</div>	<u>ごはん</u> じゃがいも あぶら さとう アーモンドいりこ 【小・中】	<u>ぎゅうにゅう</u> ぶたにく <u>しらすぼし</u> しおこんぶ	たまねぎ きゅうり こんにゃく きりぼしだいこん にんじん	しょうゆ みりん しお す うすくちしょうゆ	(小)583 (中)721
28 (水)	こくとうパン こめこのクリームシチュー まめなサラダ	こくとうパン じゃがいも あぶら こめこ バター さとう	<u>ぎゅうにゅう</u> とりにく だいず まぐろあぶらづけ	にんじん たまねぎ マッシュルーム キャベツ みずな	しお こしょう す うすくちしょうゆ	(小)641 (中)836
29 (木)	きつねどんぶり パリパリサラダ	<u>ごはん</u> あぶら さとう	<u>ぎゅうにゅう</u> たまご あぶらあげ とりにく	たまねぎ にんじん ねぎ キャベツ <u>ほうれんそう</u> たくあんづけ	しょうゆ さけ けずりびし す しお	(小)584 (中)727
30 (金)	ツナそぼろごはん わふうワントン ぼんかん <div>旬の果物</div>	むぎ <u>ごはん</u> あぶら さとう ワントンめん	<u>ぎゅうにゅう</u> まぐろあぶらづけ ぶたにく くきわかめ	とうもろこし はくさい たまねぎ ほししいたけ ねぎ にんじん ぼんかん	しょうゆ しお うすくちしょうゆ こしょう だしiriこ	(小)592 (中)737