



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

新しい年をを迎えます。2026年もこ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

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

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・かんなべ市民交流センター、
北部・東部・西部市民センター

試食会

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)
かんなべ市民交流センター	1月 29 日(木)
沼隈支所	1月 30 日(金)

※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



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				工札ギー +カロリー
		(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	調味料・だし等	
7 (水)	こがたパン ミートスパゲティ プロッコリーサラダ かくチーズ	パン スパゲティ あぶら さとう	ぎゅうにゅう 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 プロッコリー 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	ごはん かたくりこ あぶら さつまいも しろごま さとう	ぎゅうにゅう 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 だしいりこ	(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 しらたまぞうに 広島の 郷土料理	ごはん さといも あぶら さとう しらたまもち	ぎゅうにゅう 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 だしこんぶ けずりぶし 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	ごはん うどん さといも さとう	ぎゅうにゅう こんぶつくだに とりにく あぶらあげ まぐろあぶらづけ おにぎりのり	ほししいたけ だいこん ねぎ はくさい ほうれんそう にんじん	しょうゆ だしいりこ	(小)551 (中)686

1月17日は
おむすびの日

「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				エリギー- カロリー-
		(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	調味料・だし等	
14 (水)	パン ◆ポークピーンズ かぶサラダ	パン じゃがいも あぶら さとう	ぎゅうにゅう <u>だいす</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	ごはん さとう くろざとう	ぎゅうにゅう 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	たいこん 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	ごはん こむぎこ ごしきあられ パンこ あぶら <u>こめこめん</u>	ぎゅうにゅう 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 たいこん	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 チャプチエ トックいりわかめスープ	ごはん トック はるさめ あぶら さとう しろごま ごまあぶら	ぎゅうにゅう 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
20 (火)	ごはん ジアチャンドウフ ちゅうかサラダ	ごはん さとう あぶら かたくりこ ごまあぶら しろごま	ぎゅうにゅう 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 チングンサイ	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すの 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	ぎゅうにゅう ホキ だいす 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	ごはん じゃがいも あぶら バター こむぎこ さとう	ぎゅうにゅう 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	むぎごはん じゃがいも あぶら さとう	ぎゅうにゅう 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 だいじよいもとりだんごの とうにゅうみそスープ	ごはん あぶら さとう	ぎゅうにゅう わに (こなつき) とうにゅう <u>だいじよいもいり</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 チングンサイ	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 ◆くれのにくじが はりはりづけ アーモンドいりこ 【小学校・中学校】	ごはん じゃがいも あぶら さとう アーモンドいりこ 【小・中】	ぎゅうにゅう 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	ぎゅうにゅう とりにく だいす 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	ごはん あぶら さとう	ぎゅうにゅう 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 けすりぶし す しお	(小)584 (中)727
30 (金)	ツナそぼろごはん わふうワンタン ぽんかん	むぎごはん あぶら さとう ワンタンめん	ぎゅうにゅう 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 ぽんかん	しょうゆ しお うすくちしょうゆ こしょう だいりこ	(小)592 (中)737

「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」