



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)

1985年
米飯給食を開始
はしの導入

2002年
米飯給食を週3回に

2009年
牛乳容器が瓶か
紙パックに

1951年
完全給食を開始
(ミルク・パン・おかず)

1990年
米飯給食を週2回に

2010年
米飯給食を週4回に
地域別献立を開始

1970年
脱脂粉乳から牛乳に

1997年
食物アレルギーの
個別対応を開始

2020年8月
市内全中学校給食開始

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2.0g
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 G班校 (南部ブロック)	主な材料			イネギー キカリ	
		(き) 主に熟や力になるもの	(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)	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
8 (木)	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 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
9 (金)	ごはん こうやどうふのたまごとじ すのもの	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 しらすぼし	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)550 (中)686
13 (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
14 (水)	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 こめこめん	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 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

「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 G班校 (南部ブロック)	主 な 材 料				E羽ギー - キ加リ-
		(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	調味料・だし等	
15 (木)	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 だいす 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
16 (金)	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)548 (中)683
19 (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 だいじよいもいり とりだんご 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
20 (火)	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 ほうれんそう たくあんづけ	しょうゆ さけ けずりぶし す しお	(小)581 (中)723
21 (水)	ポークカレーライス 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 しお しょうゆ す カレーこ こしょう	(小)596 (中)741
22 (木)	こがたパン ミートスパゲティ ブロックリーサラダ 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 ブロックリー 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
23 (金)	むぎごはん ◆くれのにくじゃが はりはりつけ アーモンドいりこ 【小学校・中学校】	むぎごはん 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 しらすぼし 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)606 (中)753
26 (月)	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 しらすぼし さつまあげ	だいこん れんこん はくさい にんじん ほうれんそう 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
27 (火)	ツナそぼろごはん わふうワンタン ぽんかん	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 だしいりこ	(小)569 (中)704
28 (水)	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
29 (木)	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
30 (金)	むぎごはん かんこくのり チャブチエ トックいりわかめスープ	むぎごはん 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)601 (中)751

「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」