

給食だより 1月

2026年(令和8年)
福山市教育委員会
(新市給食センター)

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)

※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。⇒



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 (新市給食センター)	主 な 材 料			調味料・だし等	エネルギー 和カロリー
		(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		
7 (水)	ツナそぼろごはん わふうワンタン	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 にんじん たまねぎ ほししいたけ チンゲンサイ	しょうゆ しお うすくちしょうゆ こしょう だしiriこ	(小)566 (中)706
8 (木)	パン しろみざかなの ピンゴソース おんやさい はくさいのクリームスープ	パン かたくりこ あぶら	ぎゅうにゅう ホキ だいず ぶたにく	キャベツ にんじん はくさい とうもろこし	しお こしょう ピンゴソース クリーム ポタージュ とりがらスープ	(小)604 (中)783
9 (金)	ごはん はっすん しらたまそうに <div>広島の 郷土料理</div>	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 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	(小)565 (中)707

「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 (新市給食センター)	主 な 材 料			調味料・だし等	E値・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		
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 <div>1月17日は おむすびの日</div>	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 しお だしiriこ	(小)552 (中)688
14 (水)	ごはん ◆こ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 こやどうふ たまご ぶたにく わかめ	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)547 (中)683
15 (木)	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	ぎゅうにゅう だいず 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)581 (中)753
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 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 とりがらすープ かおり	(小)621 (中)773
19 (月)	ごはん おでん ◆パリパリサラダ	ごはん さとう くろざとう	ぎゅうにゅう とりにく うすらたまご こんぶ さつまあげ	だいこん れんこん キャベツ にんじん ほうれんそう こんにゃく たくあんづけ	みりん す しょうゆ しお	(小)551 (中)693
20 (火)	ごはん ぶりのてりやき だいこんなます やかましいみそしる	ごはん かたくりこ 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	だいこん たまねぎ にんじん はくさい えのきだけ ねぎ	みりん す しょうゆ うすくちしょうゆ しお だしiriこ	(小)583 (中)706
21 (水)	ポークカレーライス ハムとコーンのサラダ ぼんかん ●●● <div>旬の果物</div>	ごはん じゃがいも あぶら 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 キャベツ とうもろこし きゅうり ぼんかん	トンカツソース ケチャップ しお こしょう カレーこ す カレーフレーク	(小)606 (中)754
22 (木)	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	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)547 (中)726
23 (金)	むぎごはん ◆くれのにくじゃが はりはりづけ アーモンドいりこ <div>広島の 郷土料理</div>	むぎ ごはん じゃがいも あぶら さとう アーモンドいりこ	ぎゅうにゅう ぶたにく しらすぼし しおこんぶ	たまねぎ こんにゃく きりぼしだいこん にんじん きゅうり	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 わにのカレーあげ こんぶあえ だいじょいもいり とりだんごじる	ごはん かたくりこ あぶら <div>福山で作られた 「だいじょいも」を使用</div>	ぎゅうにゅう わに(サメ) だいじょいもいり とりだんご しおこんぶ	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	カレーこ しお こしょう うすくちしょうゆ だしiriこ	(小)580 (中)726
27 (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 ロースハム 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 とりがらすープ しお す	(小)584 (中)725
28 (水)	きつねどんぶり しらすあえ	ごはん あぶら さとう	ぎゅうにゅう たまご とりにく あぶらあげ しらすぼし	たまねぎ にんじん ねぎ はくさい	しょうゆ さけ けずりぶし す うすくちしょうゆ	(小)575 (中)715
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 こめこ バター さとう あぶら	ぎゅうにゅう 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)822
30 (金)	むぎごはん かんこくのり チャブチェ わかめスープ <div>親善友好都市献立【韓国・浦項市】</div>	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 とりがらすープ	(小)607 (中)757

「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」