



# 1月 中学校給食献立表

春日井市教育委員会  
学校給食課

今月の献立目標 郷土料理・家庭の味を食べよう

日	曜	園		献立名	主な材料とその働き		
		園	園		園 体をつくる	園 体の調子を整える	園 体を動かすエネルギーになる
10	水	麦ごはん	牛乳	カレーシチュー フルーツミックス 福神漬け アーモンド入り小魚	豚肉 脱脂粉乳 チーズ 干し小魚	たまねぎ にんじん マッシュルーム グリーンピース にんにく りんご みかん 桃 パイナップル 福神漬け	じゃがいも カレールウ バター アーモンド
11	木	麦ごはん	牛乳	♥煮みそ おひたし 米粉チョコワッフル	豚肉 うずら卵 生揚げ 昆布 みそ かまぼこ しらす干し	大根 こんにゃく ねぎ もやし ほうれん草 にんじん	さといも さとう 白ごま さとう サラダ油 米粉チョコワッフル
12	金	愛知の大根葉ごはん	牛乳	雑煮 いかのてんぷら もやしのゆかり和え 黒豆	かまぼこ 花かつお いか かまぼこ 黒大豆	はくさい 小松菜 しいたけ もやし ゆかり粉	もち 小麦粉 でん粉なたね油 米油 さとう
15	月	麦ごはん	牛乳	ごじる まぐろの甘辛煮 きざみたくあん 手巻きのり	豆腐 豆乳 大豆 みそ まぐろ油漬け のり	大根 ごぼう ねぎ にんじん しょうが たくあん漬け	さとう
16	火	麦ごはん	牛乳	高野豆腐の卵とじ ひじきの煮物 みかん	卵 鶏肉 かまぼこ 高野豆腐 まぐろ油漬け ひじき	たまねぎ にんじん さやいんげん にんじん とうもろこし 枝豆 みかん	さとう さとう
17	水	愛知の米粉パン	牛乳	チキンピーズ 野菜サラダ オレンジ チーズ	大豆 鶏肉 チーズ	たまねぎ にんじん マッシュルーム グリーンピース トマト キャベツ にんじん とうもろこし きゅうり オレンジ	さとう さとう サラダ油
18	木	ごはん	牛乳	肉じゃが ぶりのてり焼き ミックスナッツ	豚肉 ぶり	たまねぎ こんにゃく にんじん グリーンピース	じゃがいも さとう アーモンド カシューナッツ マカミアナッツ
19	金	ごはん	牛乳	豆腐の中華飯 春巻き もやしのナムル アセロラゼリー	豆腐 豚肉 うずら卵 鶏肉	たまねぎ キャベツ たけのこ にんじん しょうが にんにく キャベツ れんこん にんじん もやし 小松菜	さとう でん粉 小麦粉 米油 白ごま さとう ごま油 アセロラゼリー
22	月	わかめごはん	牛乳	豆腐とキャベツのスープ 鶏肉のカシューナッツ炒め りんご	豆腐 うずら卵 豚肉 鶏肉	キャベツ にんじん にんにく たけのこ にんじん 枝豆 しょうが りんご	でん粉 カシューナッツ さとう でん粉
23	火	クロスロールパン	牛乳	じゃがいもスープ ハンバーグのベジタブルソースかけ ポイル野菜	豆乳 ベーコン 生クリーム 鶏肉 大豆	たまねぎ にんじん マッシュルーム パセリ たまねぎ キャベツ にんじん	じゃがいも バター パン粉 米油 さとう ドレッシング
学校給食週間				みそ汁	豆腐 油あげ わかめ みそ	にんじん 大根 えのきたけ ねぎ	さといも
24	水	麦ごはん	牛乳	さけの塩焼き のざわな漬け ココアパウダー	さけ	のざわな漬け	ココアパウダー
25	木	ごはん	はっこう乳	大根と豚肉の煮物 鶏そぼろ卵焼き キウイフルーツ	豚肉 生揚げ 昆布 卵 鶏肉	大根 にんじん キウイフルーツ	さといも さとう
26	金	とりめし	牛乳	とりめし めひかりフライ(3尾) 白菜のたくあん和え ういろう	鶏肉 油あげ めひかり	ごぼう こんにゃく にんじん しいたけ はくさい たくあん漬け	米 もち米 さとう パン粉 小麦粉 米油 ういろう
29	月	ごはん	牛乳	筑前煮 ★切り干し大根の焼きそば風 愛知のみかんゼリー	鶏肉 さつま揚げ 豚肉	こんにゃく にんじん ごぼう たけのこ さやいんげん キャベツ にんじん 切り干し大根 愛知のみかんゼリー	じゃがいも さとう 米油
30	火	♥きしめん	牛乳	♥きしめんの汁 白身魚のアーモンドフライ れんこんの梅こんぶ和え ココアパウダー	鶏肉 油あげ ホキ 昆布	大根 ねぎ 小松菜 ごぼう しいたけ れんこん 梅	でん粉 アーモンド 米油 さとう ココアパウダー
31	水	発芽玄米ごはん	牛乳	■シェフのハヤシライス コロコロポテトサラダ いよかん 小袋卵なしマヨネーズ	牛肉 サワークリーム ソークウインナー	たまねぎ マッシュルーム ぶなしめじ ピクルス トマト たまねぎ とうもろこし にんじん いよかん	バター さとう じゃがいも さとう 卵なしマヨネーズ

① 都合により献立を変更する場合があります。 ② すべての食材を表記しているものではありません。 ③ 主食となるめん類は前日に製造しています。

★応募献立

切り干し大根の焼きそば風

焼きそばとは全くちがうシャキシャキ

とした食感の一品です。つついおかわりしたくなってしまう。

全国学校給食週間

24日(水)～30日(火)

♪えがおで給食の日

24日(水)

♥愛知県の郷土料理

煮みそ

煮みそは、愛知県の岡崎市や安城市など西三河地方に伝わる郷土料理です。

大根、にんじん、ねぎなど、季節の野菜やいもを、愛知県独特の豆みそで煮込んで作ります。

寒い日には、1つの鍋を家族で囲み、煮みそを食べて、寒さをしのいだそうです。



♥愛知県の郷土料理

きしめん

昔話の「桃太郎」に出てくる「きじ」という鳥を知っていますか？

昔、平たいうどんの上に、きじという鳥の肉をのせて食べたことから、「きじが入っためん」が「きじめん」、そして「きしめん」と呼ばれるようになりました。

尾張地方は、木曾川の水と気候に恵まれ、昔からめん処といわれてきました。

「きしめん」は尾張名古屋の名物です。



キャベツ

キャベツは、日本各地で一年を通して作られています。春にとれる「春キャベツ」、夏や秋の初めにとれる「夏秋キャベツ」、秋の終わりから冬にとれる「冬キャベツ」があります。愛知県は、冬キャベツの収穫量が全国で1位です。冬キャベツは、煮くずれしにくく、加熱するとあまくなる特徴があるので、煮込み料理にするとおいしいです。

■ホテルの味を給食に

31日(水)

給食だより ランチBOX



平成29年6月に春日井市の小中学校に「あったらいいな、こんな給食」と題し、「わが家の自慢料理」を募集しました。たくさんの応募の中から選考を行い、7つの献立を学校給食に採用しました。今月の給食から登場しますので、楽しみにしてください。

採用おめでとう！



実施月	献立名	学校名	学年	名前
1	切り干し大根の焼きそば風	出川小	6	寺澤 里美 りみ
2	豚肉と大根のみそ煮	不二小	1	柴田 恋 れん
5	チャプチェ	牛山小	6	長谷川 拓真 たくま
6	なすと豚こまのみそ炒め	篠原小	6	川口 航矢 こうや
9	とりむね肉のみぞれに	不二小	4	水野 花音 かのん
10	ギョーザ丼	岩成台西小	2	藤井 あんな あんな
11	ぶた肉とポテトのきんぴら	藤山台小	4	中澤 凛香 りんか

食事の前には手洗いをしよう

寒くなると水が冷たいので、手洗いが不十分になりがちです。食事の前にしっかり手を洗うことは、衛生的に食事をするだけでなく、インフルエンザなどのかぜの予防につながります。



手には目に見えないウイルスがついていることがあります。



よごれた手で食べると体の中にウイルスが入ります。

せっけんをよくあわ立て、すみずみまで洗いましょう。洗った後はしっかり水で流しましょう。



1月の給食費

口座への入金振替予定日の前日までをお願いします。

【中学校の予定金額】285円×16日＝4,560円【口座振替予定日】平成30年2月28日(水)