



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	献立名		主な材料とその働き			
		黄	赤	赤 体をつくる	緑 体の調子を整える	黄 体を動かすエネルギーになる	
8	火	麦ごはん	牛乳	えがおのカレーシチュー ごぼうとアーモンドの サラダ 野菜ゼリー	豚肉 豆乳	たまねぎ にんにく マッシュルーム にんにく ごぼう にんにく きゅうり とうもろこし やさいゼリー	じゃがいも カレールー アーモンド ドレッシング さとう
9	水	とりめし	牛乳	とりめし ヒレカツ ポイル野菜 小袋みそソース ヨーグルト	鶏肉 油揚げ 昆布 豚肉 みそソース ヨーグルト	ごぼう こんにゃく にんにく しいたけ キャベツ にんにく	米 もち米 さとう パン粉 小麦粉 米油
10	木	わかめ ごはん	牛乳	雑煮 シャキシャキれんこんと ツナのきんぴら 黒豆	かまぼこ 花かつお まぐろ油漬け 黒大豆	はくさい 小松菜 しいたけ れんこん	もち 白ごま ごま油 さとう さとう
11	金	愛知の 米粉パン	牛乳	ポークビーンズ フルーツゼリー	大豆 豚肉 ベーコン	たまねぎ にんにく グリンピース トマト パイナップル 桃 みかんゼリー	さとう
15	火	麦ごはん	牛乳	切り干し大根の 具沢山スープ ひじきのうま煮 バナナケーキ	ベーコン さつま揚げ 鶏肉 ひじき	キャベツ にんにく えのきたけ 切り干し大根 にんにく こんにゃく にんにく 枝豆	ごま油 さとう バナナケーキ
16	水	麦ごはん	牛乳	マーボ豆腐 パンパンジーサラダ みかん	豆腐 豚肉 みそ 鶏肉	にんにく たけのこ ねぎ しょうが にんにく きゅうり とうもろこし にんにく みかん	さとう でん粉 白ごま さとう ごま油
17	木	ごはん	牛乳	筑前煮 うずら卵串フライ 野菜ふりかけ 卓上ソース	鶏肉 さつま揚げ うずら卵	こんにゃく にんにく ごぼう たけのこ さやいんげん 野菜ふりかけ	じゃがいも さとう 小麦粉 パン粉 米油
18	金	スライス パン	牛乳	クリームコーンシチュー ハンバーグの ベジタブルソースかけ いちごジャム	鶏肉 牛乳 チーズ 牛肉 豚肉 大豆	たまねぎ とうもろこし にんにく パセリ たまねぎ	じゃがいも ホワイトルー バター パン粉 米油 さとう いちごジャム
21	月	ごはん	牛乳	スタミナ汁 まぐろの甘辛煮 即席漬け 手巻きのり	豆腐 豚肉 油揚げ みそ まぐろ油漬け のり	たまねぎ ねぎ にんにく しょうが はくさい たくあん漬け にんにく	じゃがいも さとう 白ごま
22	火	麦ごはん	牛乳	高野豆腐の卵とじ ちくわのいそべ揚げ(3個) キャベツのゆかり和え ココアパウダー	卵 鶏肉 高野豆腐 ちくわ 青のり	たまねぎ にんにく さやいんげん キャベツ ゆかり粉	じゃがいも さとう 小麦粉 でん粉 米油 ココアパウダー
23	水	麦ごはん	牛乳	ハッシュドポーク コロコロポテトサラダ いよかん 小袋卵なしマヨネーズ	豚肉 まぐろ油漬け	たまねぎ にんにく マッシュルーム グリンピース にんにく トマト キャベツ たまねぎ にんにく とうもろこし いよかん	ハヤシルウ さとう じゃがいも さとう 卵なしマヨネーズ
学校給食週間							
24	木	きしめん	牛乳	五きしめんの汁 小えびとナッツの揚げ物 りんご	鶏肉 油揚げ えび	はくさい たけのこ にんにく ねぎ しいたけ りんご	カシューナッツ 米油
25	金	五穀ごはん	牛乳	煮みそ ぶりのてり焼き 愛知のみかんゼリー	うずら卵 生揚げ 豚肉 みそ ぶり	大根 にんにく こんにゃく ねぎ	さといも さとう
28	月	愛知の 大根葉 ごはん	牛乳	みそ汁 にしんの生姜煮 きざみたくあん	豆腐 油揚げ わかめ みそ にしん	大根 えのきたけ こんにゃく ねぎ たくあん漬け	さといも
29	火	ごはん	牛乳	中華海鮮うま煮 愛知の春巻き ミックスナッツ	いか えび うずら卵 ちくわ 鶏肉	たまねぎ キャベツ たけのこ にんにく チンゲンサイ キャベツ れんこん にんにく	さとう でん粉 小麦粉 米油 アーモンド カシューナッツ マカダミアナッツ
30	水	発芽玄米 ごはん	牛乳	すきやき おひたし メープルマフィン	牛肉 焼き豆腐 角ふ かまぼこ しらす干し	はくさい 糸こんにゃく ねぎ にんにく エリンギ もやし にんにく ほうれん草	さとう 白ごま さとう サラダ油 メープルマフィン

日	曜	献立名	主な材料とその働き				
			肉 体をつくる	緑 体の調子を整える	黄 体を動かすエネルギーになる		
31	木	りんごパン	はっこう乳	じゃがいものバター煮	牛肉 チーズ	たまねぎ にんじん グリンピース	じゃがいも パター さとう
				ほうれん草入りオムレツ	卵	ほうれん草	大豆油
				干し小魚	干し小魚		
				小袋ケチャップ			

- 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。 ④ ♪マークは、食缶・フライ缶のおかず、特定原材料7品目（卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生）を使用していない献立です（調味料を除く）。

愛知県の郷土料理

24日（木） きしめん

きしめんは、めん厚さが薄く、幅が広いのが特徴です。現在の愛知県刈谷市で作られたのがきしめんの元祖ともいわれています。かつてこの土地の名前だった^{みかわの}三河^{くにいもかわ}国芋川から「いもかわうどん」と呼ばれ、江戸時代の初めごろから名物として知られていました。今では、名古屋の郷土料理として親しまれています。



愛知県の郷土料理

25日（金） 煮みそ

煮みそは、愛知県全域に古くから伝わる郷土料理です。家庭ごとに入れる材料は違いますが、根菜を中心に季節の野菜を使い、豆みそでじっくり煮込んだうま味が詰まった料理です。一度にたくさん作って煮返しながらかくと、みその味がよく染み込みます。



応募献立

10日（木）
シャキシャキれんこんと
ツナのきんぴら

応募者のコメント



愛知県でたくさんとれるれんこんを使ったきんぴらです。子どもが食べやすいようにツナを加えて作り、甘辛い味付けにしました。

応募献立

15日（火）
切り干し大根の
貝沢山スープ

応募者のコメント

愛知県で生産されている切り干し大根とキャベツを使った料理です。すりおろしたんにんにくが味の決め手です。



キャベツ

キャベツは、すずしい気候を好むため、冬場は愛知県で多く作られ、出荷量は全国2位です。キャベツは、世界最古の野菜のひとつで、胃腸の働きを助けるといわれるビタミンUが多く含まれています。



1月24日から30日は、全国学校給食週間です

学校給食週間は、食べ物に感謝したり、食生活を見直したりする一週間です。愛知県に伝わる郷土料理や、地元農産物が給食に出ます。



平成30年度学校給食
応募献立の審査結果

平成30年6月に春日井市の小中学生に「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	シャキシャキれんこんと ツナのきんぴら	出川小	4	よしだ りくと 吉田 陸人
1	切り干し大根の 貝沢山スープ	柏原小	6	ほそかわ ゆりの 細川 侑梨乃
2	バリバリポテチサラダ	松原小	6	たかの ようい 高野 洋平
5	じゃがひじき	小野小	1	はせがわ そら 長谷川 空
6	じゃがいもととり肉の ケチャップ煮	味美小	1	おがた たけひろ 緒方 健大
10	大豆のタコミート風	玉川小	2	あんどう いっせい 安藤 孝晟
11	高野豆心のマーボ	東野小	5	のがみね なつき 野ヶ峯 菜月

1月の給食費

口座への入金は振替予定日の前日までにお願いします。
【中学校の予定金額】285円×17日=4,845円【口座振替予定日】平成31年2月28日（木）

