



1月 中学校給食献立表

今月の献立目標 郷土料理・家庭の味を食べよう

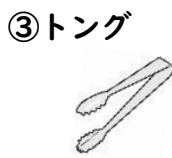
日	曜	献立名		主な材料とその働き			
		園	浜	団	器	器	
8	金	ごはん	牛乳	えがおのカレーシチュー	豚肉 豆乳	たまねぎ にんじん マッシュルーム にんにく	じゃがいも カレールウ
				コールスローサラダ	まぐろ油漬け	キャベツ きゅうり どうもろこし	さとう サラダ油
12	火	ごはん	牛乳	雑煮	かまぼこ 花かつお	はくさい 小松菜 にんじん しいたけ	もち
				あじのフリッター(3個)	あじ オキアミ		小麦粉 大豆油 米油
13	水	ごはん	牛乳	黒豆	黒豆		
				卵とじ	卵 かまぼこ 鶏肉	たまねぎ にんじん さやいんげん しいたけ	じゃがいも さとう
14	木	あいちの 米粉パン	はっこう乳	ブロッコリーサラダ	まぐろ油漬け	ブロッコリー キャベツ きゅうり	さとう サラダ油
				オレンジ	オレンジ	オレンジ	
14	木	あいちの 米粉パン	はっこう乳	大豆とチキンのトマト煮	大豆 鶏肉	たまねぎ にんじん トマト どうもろこし	じゃがいも さとう
				キャベツ入りメンチカツ	豚肉	セロリ にんにく	パン粉 米油
15	金	麦ごはん	牛乳	チーズ	チーズ	キャベツ	
				マーボ豆腐	豆腐 豚肉 豆みそ	にんじん たけのこ ねぎ しょうが にんにく	さとう ごま油 でん粉
18	月	わかめ ごはん	牛乳	チンゲンサイの中華煮	チキンハム かまぼこ	チンゲンサイ ぶなしめじ もやし たまねぎ にんじん	でん粉 米油
				いよかん	いよかん	いよかん	
18	月	わかめ ごはん	牛乳	豆乳みそスープ	鶏肉 豆乳 合わせみそ	たまねぎ にんじん ほうれん草	じゃがいも
				厚焼き卵のおろしたれかけ	卵	大根	さとう でん粉
19	火	ごはん	牛乳	おざつスティック	おざつスティック	おざつスティック	おざつスティック
				大根と豚肉の煮物	豚肉 生揚げ 昆布	大根 にんじん	さといも さとう
20	水	麦ごはん	牛乳	おひたし	かまぼこ しらす干し	もやし ほうれん草 キャベツ にんじん	白ごま さとう
				ぶどうゼリー	ぶどうゼリー	ぶどうゼリー	ぶどうゼリー
20	水	麦ごはん	牛乳	豆腐とキャベツのスープ	豆腐 豚肉	キャベツ にんじん にんにく	ごま油 でん粉
				つみれ団子の甘酢あんかけ	すけとうだら いわし	たまねぎ たけのこ どうもろこし 赤パプリカ しょうが	米油 さとう でん粉
21	木	スライス パン	牛乳	みかん	みかん	みかん	
				白いんげんと コーンのポタージュ	ベーコン 牛乳 脱脂粉乳 生クリーム	たまねぎ どうもろこし にんじん マッシュルーム	白いんげん豆 ホワイトルウ バター
22	金	麦ごはん	牛乳	フィッシュポーション	ホキ		パン粉 小麦粉 米油
				小袋卵なしタルタルソース	小袋卵なしタルタルソース	小袋卵なしタルタルソース	卵なしタルタルソース
22	金	麦ごはん	牛乳	肉じゃが	豚肉	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
				切り干し大根とツナのサラダ	まぐろ油漬け	きゅうり どうもろこし にんじん 切り干し大根	白ごま さとう ごま油
25	月	ごはん	牛乳	コーヒー牛乳のもと	コーヒー牛乳のもと	コーヒー牛乳のもと	コーヒー牛乳のもと
				学校給食週間	学校給食週間	学校給食週間	学校給食週間
25	月	ごはん	牛乳	さわにわん	豚肉 かまぼこ	ごぼう にんじん たけのこ 小松菜	ながいも でん粉
				にじますのかんろ煮	にじます		さとう
26	火	麦ごはん	牛乳	納豆	納豆	納豆	
				ハッシュドビーフ	牛肉	たまねぎ にんじん グリンピース にんにく トマト	ハヤシルウ さとう
27	水	名古屋 コーチン めし	牛乳	コロコロポテトサラダ	ポークウインナー	たまねぎ どうもろこし にんじん	じゃがいも オリーブ油 さとう
				愛知のみかんゼリー	愛知のみかんゼリー	愛知のみかんゼリー	
27	水	名古屋 コーチン めし	牛乳	名古屋コーチンめし	名古屋コーチン 油揚げ 昆布	ごぼう にんじん こんにゃく 枝豆 しいたけ	米 もち米 さとう
				小えびとれんこんの揚げ物	えび	れんこん	でん粉 米油
28	木	きしめん	牛乳	米粉メープルマフィン	米粉メープルマフィン	米粉メープルマフィン	米粉メープルマフィン
				五目きしめん	鶏肉 かまぼこ 油揚げ	大根 ねぎ 小松菜 にんじん しいたけ	でん粉
29	金	愛知の 大根葉 ごはん	牛乳	かきあげ	かきあげ	かきあげ	
				干し小魚	干し小魚	たまねぎ どうもろこし にんじん ごぼう	小麦粉 米油
29	金	愛知の 大根葉 ごはん	牛乳	煮みそ	うずら卵 いか 豚肉 豆みそ 昆布	大根 こんにゃく ねぎ	さといも さとう
				生揚げのたれかけ(3個)	生揚げ 鶏肉	たまねぎ しょうが	さとう でん粉
				しらぬい	しらぬい	しらぬい	

「学校給食週間」の「主な材料とその働き」で、使用している食材のうち、愛知県産の食材を太字で表記しています。

- 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・フライ缶のおかずに、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)。

調理場クイズ

Q. 釜をませる時に使う道具は何という名前でしょうか？



※ 答えは、裏面の食育だよりにのっています。

愛知県の郷土料理

28日(木)
きしめん



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」が変化して、「きしめん」と呼ばれるようになったと言われています。尾張地方は、木曾川の水と温暖な気候にめぐまれ、めん処として有名です。



愛知県の特産品を使った料理



25日(月) にじますのかんろ煮

にじますは、淡水魚で設楽町の特産品です。甘辛い味付けて、じっくり煮込まれ、やわらかく風味豊かに仕上げました。頭も骨も丸ごと食べられます。新型コロナウイルスの影響で大変な思いをしている水産業者への支援事業として、愛知県から提供していただきました。

愛知県の郷土料理

29日(金)
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。昔、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。



今月の献立紹介

20日(水)

つみれ団子の甘酢あんかけ

愛知県産のいわしのすりみが入ったつみれ団子を揚げて、たまねぎ、たけのこ、とうもろこし、パプリカなどの野菜といっしょに甘酢でからめました。



応募献立

15日(金)
チンゲンサイの中華煮



応募者のコメント

野菜がたくさんとれて、ごはんにかけてもおいしいです。ハムやにんじんを入れて、いろどりをきれいにしました。

応募献立

18日(月)
豆乳みそスープ



応募者のコメント

豆乳を使ったスープで、隠し味にみそを入れました。洋風にも和風にも合うスープです。



キャベツは、一年を通して、日本各地で作られています。涼しい気候を好むため、夏場は群馬県の高原地域、冬場は温暖な愛知県の東三河地域で多く作られます。ビタミンCを多く含むため、風邪を予防したり、疲れをとったりしてくれる働きがあります。

1月24日から30日は
全国学校給食週間

令和2年度 学校給食応募献立の審査結果



令和2年5月に「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、10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。



実施月	献立名	学校名	学年	名前
1	豆乳みそスープ	勝川小	6	小川 翔大
1	チンゲンサイの中華煮	大手小	6	日下部 来実
2	チーズとヒジキのサラダ	西山小	5	加藤 結衣
3	九州の郷土料理だご汁	松原中	1	鈴木 沙英
5	韓国風わかめスープ	鳥居松小	6	高垣 迅
5	ひじきとベーコンの洋風煮物	高座小	5	三好 麻緒
6	白みそでホイコーロー	松原中	1	野ヶ峯 菜月
9	赤ミソ風味の牛丼の具	不二小	4	柴田 恋
10	れんこんととりにくの あますあえ	春日井小	2	古谷 遥来
11	レンコンのドライカレー	松原小	1	兒島 百香

給食費のお知らせ

単価	月	日数	予定金額	納期限(口座振替日)
285円	12月分	16	4,560円	令和3年2月1日(月)
	1月分	15	4,275円	令和3年3月1日(月)

※ 口座への入金、納期限(口座振替日)の前日までをお願いします。
 ※ 給食提供日の4日前(土日等、給食を実施しない日を除く。)までに学校に休みの連絡がない場合は、給食費を請求させていただきます。