



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					
		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	
		1群 魚・肉・卵・大豆など タンパク質	2群 牛乳・小魚・海藻など 無機質	3群 緑黄色野菜 ビタミン・無機質	4群 その他の野菜・果物・きのこ 無機質	5群 米・パン・めん・いもなど 炭水化物	6群 油脂・種実など 脂質
11 火	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	えがいのビーフカレーシチュー	牛肉 豆乳		にんじん	たまねぎ マッシュルーム にんにく	じゃがいも カレールウ	
	切り干し大根のホットサラダ	ベーコン		にんじん パセリ	たまねぎ 切り干し大根		バター
	みかん				みかん		
12 水	きしめん 牛乳		牛乳			きしめん	
	五目きしめんの汁	鶏肉 油揚げ		にんじん	白菜 たけのこ ねぎ しいたけ		
	ちくわのいそべ揚げ(2個)	ちくわ	青のり			小麦粉 でん粉	米油
	キャベツのたくあん和え				キャベツ たくあん漬		白ごま
13 木	いちごヨーグルト		ヨーグルト		いちご		
	スライスパン 牛乳		牛乳			パン	
	ポトフ	うずら卵 鶏肉		にんじん	キャベツ たまねぎ	じゃがいも	
	スラッピースョー	牛肉 豚肉			たまねぎ マッシュルーム	レンズ豆 パン粉 さとう	
14 金	いよかん				いよかん		
	愛知の大根葉ごはん 牛乳		牛乳	大根葉 小松菜	白菜 しいたけ	米 もち	
	雑煮	かまぼこ かつお節					
	五目きんぴら	牛肉		にんじん さやいんげん	ごぼう れんこん こんにゃく	さとう	白ごま ごま油
17 月	黒豆	黒豆				さとう	
	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	卵汁	豆腐 卵 かまぼこ		小松菜	たまねぎ しいたけ	でん粉	
	肉みそひじき丼	豚肉 豆みそ	ひじき	にんじん さやいんげん	たまねぎ しょうが	さとう でん粉	
18 火	野菜マフィン	豆乳		かぼちゃ		小麦粉 さとう	植物油
	クロスロールパン はっこう乳		はっこう乳			パン	
	大豆とウインナーのトマト煮	大豆 ポークウインナー		トマト にんじん	たまねぎ とうもろこし セロリ にんにく	じゃがいも さとう	
	いかなゲット(3個) ブロッコリーと キャベツのサラダ	いか たちうお		ブロッコリー	キャベツ	小麦粉 でん粉	米油 菜種油 ドレッシング
19 水	わかめごはん 牛乳		わかめ 牛乳			米	
	春雨スープ	えび ベーコン		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ たけのこ	はるさめ	
	揚げ鶏のねぎソースかけ	鶏肉			ねぎ	でん粉 小麦粉 さとう	米油
	オレンジ				オレンジ		
20 木	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	大根と豚肉の煮物	うずら卵 豚肉 がんとどき	昆布	にんじん さやいんげん	大根	さといも さとう	
	お好みはんぺん	すけそうだら ままかり いか			キャベツ		米油
	れんこんの梅肉和え 小袋中濃ソース				れんこん 梅 赤しそ	さとう	
21 金	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	厚揚げカレー丼	生揚げ 豚肉 かまぼこ		にんじん ピーマン	たまねぎ	でん粉	
	ココロポテトサラダ	まぐろ油漬		にんじん	キャベツ たまねぎ とうもろこし	じゃがいも さとう	オリーブ油
	プルーン				プルーン		
24 月	1月24日から30日は全国学校給食週間です!						
	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	煮みそ	生揚げ 豚肉 豆みそ		にんじん	大根 こんにゃく ごぼう ねぎ	さといも さとう	
	レバー入りつくね(3個) もやしとひじきの和え物	鶏肉 鶏レバー			たまねぎ もやし	でん粉 さとう	白ごま
25 火	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	豆腐とキャベツのスープ	豆腐 鶏肉		にんじん	キャベツ にんにく 春日井市産黒きくらげ	でん粉	ごま油
	さけ団子の甘酢あんかけ	さけ たら うずら卵	茎わかめ	大葉 赤パプリカ	たまねぎ たけのこ れんこん	さとう でん粉	米油
	野菜ふりかけ	かつお節		青菜 京菜			

日 曜	1月 献立名	主な材料とその働き					
		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	
		1群 魚・肉・卵・大豆など タンパク質	2群 牛乳・小魚・海藻など 無機質	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ ビタミン・無機質	5群 米・パン・めん・いもなど 炭水化物	6群 油脂・種実など 脂質
㊦ 26 水	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	えがおのハヤシチュー	豚肉		にんじん トマト	たまねぎ マッシュルーム にんにく	じゃがいも ハヤシルウ さとう	
	コールスローサラダ	まぐろ油漬け		にんじん	キャベツ きゅうり とうもろこし	さとう	卵なし マヨネーズ
	いよかん				いよかん		
㊦ 27 木	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	すいとん汁	豚肉 豆みそ		にんじん	大根 たまねぎ ねぎ	すいとん	
	米粉の根菜コロッケ			にんじん	ごぼう	じゃがいも 米粉	米油
	白菜と小松菜のごま和え			小松菜	白菜	さとう	白ごま
28 金	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	肉じゃが	豚肉		にんじん	たまねぎ こんにゃく グリーンピース	じゃがいも さとう	
	ぶりのみりん焼き	ぶり					
	愛知のみかんゼリー				みかん	さとう	
31 月	サンドイッチロールパン 牛乳		牛乳			パン	
	白菜とえびのクリームシチュー	えび	牛乳 生クリーム 脱脂粉乳	にんじん	白菜 たまねぎ マッシュルーム	じゃがいも 白いんげん豆 ホワイトルウ	バター
	ロングハンバーグの いちじくソースがけ	豚肉 鶏肉			たまねぎ いちじく レモン	さとう でん粉	米油
	ブロッコリーのマリネ			ブロッコリー			ドレッシング

- 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)。

春日井市のホームページで
アレルギー献立表が見られます。



愛知県の特産品を使った料理

31日(月) ロングハンバーグのいちじくソースがけ

愛知県は、いちじくの生産量が全国1位です。夏から秋にとれる果物で、古くから食べられています。果実がやわらかく、傷みやすいため、干したり、ジャムなどの加工品にしたりするなどして食べられています。ハンバーグのソースに、いちじくのピューレを使い、甘みを加えました。パンにはさんで食べましょう。



愛知県の郷土料理

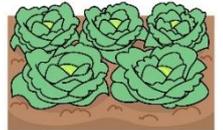
12日(水) きしめん

24日(月) 煮みそ



キャベツ

冬キャベツは煮込むことで、甘みを強く感じられます。スープや煮込み料理に入れました。



令和3年度 学校給食応募献立の審査結果



令和3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、7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月	すいとん汁	神領小	4	田中 新紀
1月	切り干し大根のホットサラダ	不二小	5	小林 ゆめ
2月	たっぷり野菜と甘酢あん肉団子	小野小	2	長谷川 魁
5月	切り干し大根とひじきのサラダ	小野小	4	長谷川 空
6月	ピリうまいため	出川小	1	鈴木 七実
10月	うちわサボテンと大豆のチリコンカン	勝川小	6	三浦 優真
11月	マーボーれんこん	神領小	3	田中 知春

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4年1月31日(月)
	1月分	15	4,275円	令和4年2月28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。

中矢歯科
naboya dental clinic

☎ 89-0077 休診 木・日・祝