



# 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	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
⑧ 木	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	えがいのカレーシチュー	豚肉		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	
	花野菜サラダ	まぐろ油漬け		ブロッコリー にんじん	カリフラワー とうもろこし きゅうり	砂糖	サラダ油
9 金	愛知の大根葉ごはん 牛乳		牛乳	大根葉		米	
	雑煮	かまぼこ 花かつお		小松菜	はくさい しいたけ	餅	
	あじの竜田揚げ(3個)	あじ				でん粉	米油
	紅白なます			にんじん	切り干し大根	砂糖	
13 火	黒豆	黒大豆				砂糖	
	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	みぞれ汁	豆腐 鶏肉		にんじん 小松菜	大根 ごぼう なめこ	でん粉	
	どて井の具	豚肉 さつま揚げ 八丁みそ		にんじん	こんにゃく ねぎ	砂糖 でん粉	
14 水	ベビーチーズ		チーズ				
	ロールパン 牛乳		牛乳			パン	
	キャロットポタージュ	鶏肉	牛乳 チーズ	にんじん パセリ	たまねぎ マッシュルーム	じゃがいも ホワイトルウ	バター
15 木	キャベツとウインナーのソテー	ポークウインナー		にんじん	キャベツ		米油
	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	きくらげ入り中華海鮮うま煮	うずら卵 いか ちくわ		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ キャベツ たけのこ きくらげ	砂糖 でん粉	ごま油
	春巻き	豚肉		にんじん	キャベツ もやし	小麦粉	米油
16 金	もやしのナムル				もやし	砂糖	ごま油
	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	さわにわん	豚肉 かまぼこ		にんじん	たけのこ ごぼう ねぎ	ながいも	
	あつあげと小松菜のあんかけ	生揚げ 鶏肉		にんじん 小松菜	しょうが	砂糖 でん粉	ごま油
⑨ 月	きらず揚げ	おかから				小麦粉 砂糖	なたね油
	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	スタミナ汁	豆腐 豚肉 油揚げ 合わせみそ		にんじん	たまねぎ ねぎ にんにく	じゃがいも	
	まぐろの甘辛煮	まぐろ油漬け			キャベツ しょうが	砂糖	
20 火	きざみたくあん				大根	砂糖	
	手巻きのり		のり				
	麦ごはん はっこう乳		はっこう乳			米 大麦	
	高野豆腐の卵とじ	卵 鶏肉 かまぼこ 高野豆腐		にんじん さやいんげん	たまねぎ	じゃがいも 砂糖	
21 水	ちくわのいそべ揚げ(3個)	ちくわ	青のり			小麦粉 でん粉	米油
	たいみそ	たい 米みそ					
	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	牛肉とたまねぎのうま煮	牛肉 焼き豆腐		にんじん	たまねぎ しらたき ねぎ エリンギ	砂糖	
22 木	コロッケ	豚肉 牛肉			たまねぎ	じゃがいも パン粉	米油
	ブロッコリーの塩昆布あえ		昆布	ブロッコリー		砂糖	
	いわしの干し小魚		いわし			砂糖	
	ミルクロールパン 牛乳		牛乳			パン	
23 金	大豆のインド煮	大豆 豚肉		にんじん トマト	たまねぎ マッシュルーム	カレールウ	
	切り干し大根とチキンのサラダ	鶏肉			きゅうり とうもろこし 切り干し大根	砂糖	白ごま サラダ油
	いよかん				いよかん		
	ごはん 牛乳		牛乳			米	
26 月	ごじる	豆腐 大豆 豆乳 合わせみそ		にんじん	大根 ごぼう ねぎ		
	ひじき入り豚そぼろ	豚肉	ひじき	にんじん	たまねぎ とうもろこし 枝豆 しょうが	砂糖	米油
	ココア牛乳のもと					砂糖	ココア



1月24日～30日は、全国学校給食週間です！



26 月	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	煮みそ	生揚げ いか 豚肉 豆みそ	昆布		大根 こんにゃく ねぎ	ざといも 砂糖	
	厚焼き卵のたまねぎだれかけ ういろう	卵			たまねぎ	砂糖 でん粉 砂糖 米粉 でん粉	

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	2群	3群	4群	5群	6群
		魚・肉・卵・大豆など タンパク質	牛乳・小魚・海藻など 無機質	緑黄色野菜 ビタミン	その他の野菜・果物・きのこ 無機質	米・パン・めん・いもなど 炭水化物	油脂・種実など 脂質
27 火	きしめん 牛乳		牛乳			きしめん	
	きしめんの汁	鶏肉 かまぼこ 油揚げ		小松菜 にんじん	大根 ねぎ しいたけ	でん粉	
	ニギスフライ	ニギス				パン粉 小麦粉	米油
	ボイルキャベツ				キャベツ		
	小袋中濃ソース						
28 水	サンドイッチロールパン 牛乳		牛乳			パン	
	冬野菜のクリーム煮	チキンウインナー	牛乳 生クリーム	にんじん ほうれん草	はくさい たまねぎ エリンギ	じゃがいも ホワイトルウ	バター
	愛知県産大豆の スラッピージョー	豚肉 牛肉 大豆			たまねぎ マッシュルーム	パン粉 砂糖	
29 木	麦ごはん 牛乳		牛乳			米 大麦	
	キャベツ入り塩麻婆豆腐	豆腐 豚肉			キャベツ たまねぎ たけのこ しょうが	砂糖 でん粉	ごま油
	揚げしゅうまい(3個)	豚肉			たまねぎ	でん粉 小麦粉	米油
① 30 金	ごはん 牛乳		牛乳			米	
	ちゃんこ汁	鶏肉 生揚げ		にら	はくさい しらたき もやし えのきたけ	でん粉	
	愛知笑顔の五目炒め	豚肉		にんじん	キャベツ れんこん たまねぎ	砂糖	
	愛知のみかんゼリー				みかん	砂糖	

- 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8品目（卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生・くるみ）を使用していない献立です（調味料を除く）。

## 愛知県の食文化



今月の給食では、全国学校給食週間にちなんで、愛知県の郷土料理や地場産物を多く活用しています。郷土料理では、赤みそを使った「どて井の具」「煮みそ」や「きしめん」「ういろう」を、地場産物では、キャベツ・にんじん・れんこん・ニギス・みかんなどを使用します。

## 雑煮

9日（金）



雑煮は、地域によって入る食材や

味付け、もちの形、焼き方などが様々です。

愛知県では、角餅を煮るのが主流だと言われています。皆さんは、どんな雑煮を食べましたか？

## 令和7年度 学校給食応募献立の審査結果

令和7年5月に「応募献立～あったらいいなこんな給食～」を募集しました。6つの献立を採用し、令和8年1月から学校給食に登場します。楽しみにしていてくださいね。



提供月	献立名	応募者		
		学 校 名	学 年	名 前
1月	キャベツ入り塩麻婆豆腐	松山小学校	1年	齊藤 凜 さん
2月	レンコンの青のり和え	出川小学校	3年	中島 滯奈 さん
5月	タッカルビ	高森台小学校	5年	前田 陸玖 さん
6月	ケイちゃん	鷹来小学校	4年	佐藤 星奈 さん
10月	サボテン入り肉野菜炒め	不二小学校	6年	入谷 颯汰朗 さん
11月	キャベツとしらすのごまこん和え	東野小学校	6年	羽田野 柊弥 さん

### 応募献立

29日（木）

キャベツ入り塩麻婆豆腐

### 応募者のコメント

シャキシャキとトロトロが  
いっしょにたべられる。



### <学校給食費の納期限等のお知らせ>

単価	対象月	納期限・口座振替日	予定金額	給食日数
350円 (保護者負担額 285円)	12月分	令和8年2月2日(月)	4,560円	16日
	1月分	令和8年3月2日(月)	4,560円	16日

※ 口座への入金、納期限（口座振替日）の前日までにお願いします。

※ 給食提供日の4日前（土日祝休日等を除く）までに、欠席等により給食を食べない旨、学校に連絡がない場合は、給食費を請求させていただきます。

眼科 / 小児眼科

平田眼科

TEL.0568-84-6638

19号沿い 清水屋東