



# 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	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	その他の野菜・果物・きのこ ビタミン・無機質	米・パン・めん・いもなど 炭水化物	油脂・種実など 脂質
① 8木	ごはん 牛乳 えがおのかレーシチュー 花野菜サラダ	牛乳 豚肉 まぐろ油漬け	牛乳 にんじん プロッコリー にんじん	にんじん 大根葉 小松菜 にんじん	たまねぎ マッシュルーム にんにく カリフラワー とうもろこし きゅうり はくさい しいたけ 切り干し大根	米 じゃがいも カレールウ 砂糖 米	
9金	愛知の大根葉ごはん 牛乳 雑煮 あじの童田揚げ(3個) 紅白なます 黒豆	牛乳 かまぼこ 花かつお あじ 黒大豆	牛乳 小松菜 にんじん	大根葉 小松菜 にんじん	米 餅 でん粉 砂糖 砂糖	米油 米油	
13火	麦ごはん 牛乳 みぞれ汁 どて丼の具 ベビーチーズ	牛乳 豆腐 鶏肉 豚肉 さつま揚げ 八丁みそ	牛乳 にんじん 小松菜 にんじん	にんじん 大根 ごぼう なめこ	米 大麦 でん粉 砂糖 でん粉		
14水	ロールパン 牛乳 キャロットボタージュ キャベツヒュインナーのソテー	牛乳 鶏肉 ポークヒュインナー	牛乳 チーズ にんじん にんじん	たまねぎ マッシュルーム キャベツ	パン じゃがいも ホワイトルウ 米油		
15木	ごはん 牛乳 きくらげ入り中華海鮮うま煮 春巻き もやしのナムル	牛乳 うずら卵 いか ちくわ 豚肉	牛乳 にんじん チングンサイ にんじん	たまねぎ キャベツ たけのこ きくらげ キャベツ もやし	米 砂糖 でん粉 小麦粉 砂糖	ごま油 米油 ごま油	
16金	ごはん 牛乳 さわにわん あつあげと小松菜のあんかけ きらす揚げ	牛乳 豚肉 かまぼこ 生揚げ 鶏肉 おから	牛乳 にんじん にんじん 小松菜	にんじん たけのこ ごぼう ねぎ しょうが	米 ながいも 砂糖 でん粉 小麦粉 砂糖		なたね油
① 19月	麦ごはん 牛乳 スタミナ汁 まぐろの甘辛煮 きざみたくあん 手巻きのり	牛乳 豆腐 豚肉 油揚げ 合わせみそ まぐろ油漬け	牛乳 にんじん	たまねぎ ねぎ にんにく キャベツ しょうが 大根	米 大麦 じゃがいも 砂糖 砂糖 砂糖		
20火	麦ごはん はっこう乳 高野豆腐の卵とじ ちくわのいそべ揚げ(3個) たいみそ	はっこう乳 卵 鶏肉 かまぼこ 高野豆腐 ちくわ 青のり たい 米みそ	牛乳 にんじん さやいんげん	たまねぎ	米 大麦 じゃがいも 砂糖 小麦粉 でん粉		米油
21水	ごはん 牛乳 牛肉とたまねぎのうま煮 コロッケ プロッコリーの塩昆布あえ いわしの干し小魚	牛乳 牛肉 焼き豆腐 豚肉 牛肉 昆布 いわし	牛乳 にんじん たまねぎ プロッコリー	たまねぎ しらたき ねぎ エリンギ たまねぎ	米 砂糖 じゃがいも パン粉 砂糖 砂糖		米油
22木	ミルクロールパン 牛乳 大豆のインド煮 切り干し大根とチキンのサラダ いよかん	牛乳 大豆 豚肉 鶏肉	牛乳 にんじん トマト	たまねぎ マッシュルーム	パン カレールウ 砂糖		
23金	ごはん 牛乳 ごじる ひじき入り豚そぼろ ココア牛乳のもと	牛乳 豆腐 大豆 豆乳 合わせみそ 豚肉 ひじき	牛乳 にんじん	大根 ごぼう ねぎ たまねぎ とうもろこし 枝豆 しょうが	米 さといも 砂糖 砂糖 砂糖		白ごま サラダ油 米油 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 煮みそ 厚焼き卵のたまねぎだれかけ ういろう	牛乳 昆布		大根 こんにゃく ねぎ	米 大麦 さといも 砂糖 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 魚・肉・卵・大豆など	2群 牛乳・小魚・海藻など	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ	5群 米・パン・めん・いもなど	6群 油脂・種実など
27 火	きしめん 牛乳 きしめんの汁 ニギスフライ ボイルキャベツ 小袋中濃ソース	魚・肉・卵・大豆など タンパク質	牛乳 無機質	小松菜 にんじん	大根 ねぎ しいたけ キャベツ	炭水化物	脂質
28 水	サンドイッチロールパン 牛乳 冬野菜のクリーム煮 愛知県産大豆の スラッピージョー	牛乳	牛乳 生クリーム	にんじん ほうれん草	はくさい エリンギ たまねぎ マッシュルーム	パン じゃがいも ホワイトルウ パン粉 砂糖	パン バター 米油
29 木	麦ごはん 牛乳 キヤベツ入り塩麻婆豆腐 揚げしゅうまい(3個)	牛乳	豆腐 豚肉		キャベツ たけのこ にんにく たまねぎ	米 大麦 砂糖 でん粉	ごま油
① 30 金	ごはん 牛乳 ちゃんこ汁 愛知笑顔の五目炒め 愛知のみかんゼリー	牛乳	鶏肉 生揚げ	にら	はくさい もやし えのきだけ キャベツ れんこん たまねぎ みかん	米 でん粉 砂糖 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は、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「どて丼の具」「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	キヤ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 澄奈 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 嶋汰朗 さん
11月	キヤベツとしらすのごまこん和え	東野小学校	6年	羽田野 栄弥 さん

### 応募献立

29日 (木)  
キヤ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

※ 口座への入金は、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**