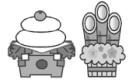


令和 8 年 1 月学校給食献立表



(小学校)

安城市北部学校給食共同調理場

8日(木)・9日(金)・13日(火)の3日間は、「新学期スタートダッシュメニュー」です。

8	ごはん	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		こめ		ヨーグルトは、牛乳を発酵させた食べ物です。ヨーグルトには未足しがちなカルシウムやたんぱく質がたくさん含まれており、体に吸収されやすくなっています。栄養豊富なヨーグルトを積極的にとるようにといいますね。	616 25.8
	ビビンバのぐ	ビビンバのぐをのせて、たべましょう。	ぶたにく		チンゲンサイ	しいたけ、にんにく もやし	さとう	こめあぶら ごま、ごまあぶら	
	きんしたまご		たまご				さとう、でんぶん	あぶら	
	ワンタンスープ			にんじん	はくさい、きくらげ メンマ	こむぎこ			
9	ヨーグルト			ヨーグルト					707 31.0
	こめこパン(こむぎり)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			パン			
	やさいたっぷりやきそば	ぶたにく、ちくわ		にんじん	キャベツ、もやし、しょうが	ちゅうかめん			
	ソーセージのケチャップに	ソーセージ			たまねぎ、マッシュルーム グリンピース	さとう	こめあぶら		
13	りんごミニゼリー				りんご	さとう			665 23.8
	むぎごはん	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			こめ、おおむぎ			
	チキンカレー(乳除)	とりにく	チーズ だっしゅんにゅう	にんじん	たまねぎ グリンピース	じゃがいも	カレールウ		
	やきソーセージ	ソーセージ		にんじん	キャベツ、きゅうり とうもろこし、レモン	はちみつ、さとう	オリーブオイル		
14	はちみつフレモンサラダ								682 28.9
	ごはん	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			こめ			
	あじのいそベフライ	あじ	あおのり			パンこ、でんぶん こむぎこ	なたねあぶら		
	だいすのよやこサラダ	だいす		にんじん	えだまめ キャベツ	さとう	ナンエッグマヨネーズ		
15	すずなとすずしろのとりだんごじる	とりにく なまあげ		にんじん こまつな	だいこん かぶ、たまねぎ	でんぶん、さとう			645 29.0
	ごはん	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			こめ			
	さばのぎんがみやき	さば、みそ				さとう、こめこ			
	にくじゃが	ぶたにく		にんじん さやいんげん	こんにゃく たまねぎ	じゃがいも			
16	くきわかめサラダ		くきわかめ		もやし、きゅうり				649 23.6
	むぎごはん	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			こめ、おおむぎ			
	マーボーだいこん	ぶたにく、とうふ あかみそ		にんじん はねぎ	だいこん、たまねぎ たけのこ、しろねぎ きくらげ、にんにく、しょうが	さとう、でんぶん			
	はるまき	ぶたにく		にんじん にら	キャベツ、もやし エリンギ	でんぶん、さとう こむぎこ	ごまあぶら、あぶら なたねあぶら		
19	もやしのナムル				もやし、きゅうり しょうが		ごまあぶら		604 23.8
	ごはん	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			こめ			
	チキンカツ	とりにく				パンこ、でんぶん	なたねあぶら		
	からしあえ					さとう			
20	さんpeiいじる	さけ	こんぶ	にんじん はねぎ	だいこん、しろねぎ	じゃがいも			637 24.3
	ごはん	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			こめ			
	チャブチエ	アシア たいかい おうえん こんだく	ぶたにく	にんじん はねぎ	たけのこ、しろねぎ しいたけ、にんにく	はるさめ、さとう	ごまあぶら ごま、こめあぶら		
	キムチチゲ	とうふ、ソーセージ ミックスみそ		にら	はくさい、もやし はくさいキムチ、しめじ				
21	りんごゼリーのフルーツあえ				もも、パイナップル りんご	さとう			607 28.5
	ごはん	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			こめ			
	えびカツ	えび、たら			たまねぎ	でんぶん、パンこ こむぎこ	あぶら なたねあぶら		
	こまつなのごまあえ			こまつな	もやし	さとう	ごま		
22	かきたまじる(卵除)	たまご、とりにく かまぼこ、とうふ		にんじん	たまねぎ、はくさい しいたけ	でんぶん			626 23.6
	ごはん	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			こめ			
	つくね(2こ)	とりにく とりレバー			たまねぎ	ごま、パンこ でんぶん、さとう	あぶら、ラード		
	ぶたにくとやさいのほそぎりいため	ぶたにく		にんじん	はくさい、たまねぎ たけのこ、きくらげ しょうが、にんにく	さとう、でんぶん	こめあぶら		
23	なます	あぶらあけ		にんじん	だいこん	さとう			618 26.1
	ごはん	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			こめ			
	さけフライ	さけ	のり		パンこ、こむぎこ でんぶん	なたねあぶら			
	いそかあえ				キャベツ、もやし	さとう			
24	とうにゅういりみそしる	ぶたにく、とうにゅう あぶらあけ、しもみそ		にんじん こまつな、はねぎ	えのきたけ しろねぎ				618 26.1
	たくじょうソース								

日曜	こん 献 だて 立	あか 赤 おもに体をつくる食品		おどり 黄 おもに体の調子を整える食品		ま 黒 おもにエネルギーになる食品		メッセージ	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)
		かだん しつ たんぱく質	しゅうしつ 無機質	かだん とうのビタミン	かだん やさい その他の野菜	たんすい かぶつ 炭水化物	しゅしつ 脂質		
		にく 肉・魚・卵 まめ 豆・豆製品	さかな 小魚・海藻	ひょうじん 緑黄色野菜	たの たもの 果物・きのこ	ごめ 米・パン・めん いも・さとう	ゆし 油脂 しゃじゅるい 種実類		
全国学校給食週間 (26日~30日) 愛知県の郷土料理や、地場産物が出ます。お楽しみに!									
26月	むぎごはん とりめしのぐ かぼちゃコロッケ はちはいじる	ぎゅうにゅう とりにく、あぶらあげ かぼちゃ とうふ	ぎゅうにゅう にんじん にんじん にんじんはねぎ	にんじん かぼちゃ にんじん にんじんはねぎ	さとう さとう、パンこ こむぎこ、でんぶん あぶら	ごめ、おおむぎ ごめあぶら なたねあぶら あぶら	はぐみ汁は、三河地方の郷土料理です。豆腐のほかにしいたけやねぎを入れたしょうゆ味の汁物でみんなで集まるときに作られます。八杯汁という料理名はあまりおいしくたくさん(八杯)お代わりしてしまうところから名付けられたといわれています。	601 20.2	
27火	ごはん いわしのうめに ちくせんに キャベツのかおりあえ	ぎゅうにゅう いわし とりにく、ちくわ あおじそ	ぎゅうにゅう うめ にんじん キャベツ	にんじん こんにゃく、れんこん さやいんげん にんじん	さとう さといも、さとう さとう	ごめ パンこ、でんぶん なたねあぶら こめあぶら	れんこんは愛知県でもたくさん作られている野菜の一つです。また、人が開いていることから、「先が見通せる」縁起の良い食材とされています。お正月に食べるおせち料理にもよく使われます。今日は筑前煮にしました。	604 28.5	
28水	きしめん やさいたっぷりごもくしめんのしる れんこんサンドフライ きりぼしだいこんのベーコンいため	ぎゅうにゅう とりにく、かまぼこ あぶらあげ ベーコン	ぎゅうにゅう にんじん にんじん ピーマン	にんじん はくさい、しろねぎ こまつな、はねぎ にんじん	さとう れんこん、たまねぎ パンこ、でんぶん にんじん	きしめん パンこ なたねあぶら こめあぶら	きしめんは、うどんによく似た長い幅広の薄いめんです。愛知県の郷土料理で、江戸時代に三河国(現在の刈谷市)の芋川の名物だった平打ちうどんがもとになったといわれています。	604 26.5	
29木	ごはん おやこに(耶除) しのだのみそかけ キャベツのたくあんあえ たくじょうあまみそ	ぎゅうにゅう とりにく、たまご さやいんげん ひじき みそ	ぎゅうにゅう にんじん にんじん キャベツ しょうが	にんじん たまねぎ、しょうが にんじん キャベツ、たくあんづけ にんじん	じやがいも でんぶん さとう	ごめ じやがいも あぶら	赤みそは、愛知県でよく食べられているみそです。大豆と塩のみで作られていますから豆みそとも呼ばれています。赤みそは発酵時間が長いため色が濃く、風味が強く深みのある味が特徴です。地元の味を味わってください。	642 26.4	
30金	スライスパン ハンバーグのいちじくソースかけ さっぱりきゅうり コンソメスープ だいすチョコクリーム	ぎゅうにゅう とりにく きゅうり ベーコン だいす	ぎゅうにゅう いちじく きゅうり チングンサイ だっしゅんにゅう	いちじく たまねぎ、レモン きゅうり たまねぎ だっしゅんにゅう	パン さとう、でんぶん じやがいも さとう	パン パン じやがいも あぶら	今日のいちじくジャムは安城市農畜産物特産品協議会からいただきました。いちじくは、美が柔らかくそのまま給食に出すのが難しい果物です。しかし、安城市的特産品であるいちじくをみなさんへ食べてもらいたいと、ジャムに加工し、いちじくソースに使っています。地元の特産品を味わってください。	687 28.5	

1月24日~30日は 全国学校給食週間です 学校給食について知ろう!

日本の学校給食は、明治22年、山形県鶴岡町(現在の鶴岡市)の私立忠愛小学校で提供されたのが始まりとされています。

学校給食は戦争により一時中断していましたが、昭和21年にアメリカから支援を受けて、翌年1月から学校給食が再開されました。当初は12月24日を「学校給食感謝の日」としましたが、昭和25年度からは、冬休みと重ならない1月24日~30日までの1週間に「全国学校給食週間」とすることとしました。

時代の移り変わりとともに、子どもたちの食生活を取り巻く環境は大きく変化し、学校給食の内容も変わっています。全国学校給食週間を通して、学校給食の意義や役割、歴史などを皆さんに知ってもらい、学校給食についてあらためて考える機会にしてほしいと思います。

学校給食の移り変りを見てみよう!

明治22年 おにぎり 焼き魚 みそ汁 私立忠愛小学校で提供されたとされる給食。	戦後(昭和20~30年代) パン 脱脂粉乳 鶏卵揚げ 支援物資の脱脂粉乳や缶詰、小麦粉などを使った給食。	現在 みかん フライ 牛乳 ごはん みそ汁 地域でとれる旬の食材を取り入れ、郷土料理や行事食、世界の料理など、食育の教材となる給食。
--	---	---

おしらせ

(耶除)(乳除)は、除かれた食事メニューです。

材料は都合によりかわることがあります。

は、かみかみメニューです。

は、業者直送です。容器は学校で処理してください。

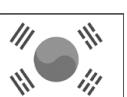
は、新メニューです。お楽しみに。

毎月19日は「食育の日~おうちでごはんの日~」です。

こんげつのきゅうしょくにとうじょうする「あんじゅうし」と「となりのし」でとれるたべもの



今月のアジア大会応援献立



<韓国料理>
キムチチゲ チャプチエ

