



● 令和7年1月分 こ ん だ て 表 <sub>幸田町学校給食センター</sub>



		おもそしき	: しょくひん	おも からだ ちょ	うし ととの しょくひん	おも	しょくひん	<u> </u>	т.
	る こんだて %		をつくる食品		うし ととの しょくひん 子を整える食品	主にエネルギ	一になる食品	エネル ギー Kcal	たんく
3/ 翟		1群(たんぱく質)   おな にく たまご 魚・肉・卵	ましっ 2群(無機質) きゅうにゅう にゅうせいひん 牛乳 • 乳製品	3群(ビタミン)	4群(ビタミン) その他の野菜	5群(炭水化物) こめ 米・パン・めん	6群(脂質)	上段:	: 小学
		まめ まめせいひん 豆・豆製品	căpa かいそう 小魚 • 海藻	りょくおうしょくやさい 緑黄色野菜	くだもの 果物・きのこ	ルも・砂糖	ゅし しゅじ 油脂・種実	下段:	
	ごはん <b>牛乳</b>		牛乳			ごはん		_	
וכ	いかフライのレモンソース	くない			レモン	パンこ こむぎこ でんぷん さとう	あぶら	651	2
<b>K</b> )	ごまあえ			ほうれんそう	キャベツ もやし	<b>さ</b> とう	ごま	817	7   31.
	ぶたじる	ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ		にんじん はねぎ	ごぼう だいこん	じゃがいも			
	<b>二</b> はん <b>牛乳</b>		牛乳			ごはん			
$\circ$	ぶりのてりやき	ぶり						630	
<u>&gt;</u> )	たくあんあえ				キャベツ きゅうり たくあんづけ			793	
	おやこに	とりにく かまぼこ <b>たまご</b>		にんじん さやいんげん		じゃがいも さとう		1	
	 ごはん <b>牛乳</b>	1252	牛乳			ごはん			
	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	でんぷん さとう	ごまあぶら	1	
1	コーンともやしのナムル				とうもろこし もやし	こむぎこ さとう	あぶら ごまあぶら	655 816	
,					きゅうり たまねぎ たけのこ			-	
	マーボーどうふ	ぶたにく とうふ みそ		にんじん	しろねぎ きくらげ しょうが	さとう でんぷん	ごまあぶら		
	むぎごはん 牛乳		牛乳			むぎごはん		-	
	さばのぎんがみやき	さば みそ		291 ( - ) 1.19	L	さとう こめこ		596	
	キャベツのあおなあえ			だいこんば	キャベツ ごぼう だいこん			741	
	さわにわん	ぶたにく		にんじん はねぎ	たけのこ しいたけ			_	
	さつまいもスティック		 			さつまいも さとう		<del> </del>	
	くろロールパン 牛乳		牛乳			パン	۷ ۸۰۰ ۸	-	03   3 <sup>-</sup> 61   3 <sup>-</sup>
5	<b>チーズオムレツ</b> ポークビーンズ	<b>たまご</b> ぶたにく だいず	チーズ	にんじん	たまねぎ えだまめ	さとう でんぷん じゃがいも さとう	あぶら	703 861	
	<u> </u>	\$1010 /CV · 9		(270070	パイナップル もも			-	
			4L &I		みかん ぶどう	さとう			╀
	<b>二</b> はん <b>牛乳</b>		牛乳			ごはん じゃがいも パンこ	1. 555	_	0 2: 0 2:
7	コロッケ	ぶたにく ぎゅうにく		にんじん パセリ	たまねぎ	こむぎこ さとう	あぶら	620 770	
Z)	ひじきとしらすのふりかけ		ひじき しらすぼし		とうもろこし えだまめ だいこん ごぼう しいたけ	さとう	ごまあぶら	1770	
	けんちんじる	とうふ		にんじん はねぎ	こんにゃく	さといも		<u> </u>	
	<b>二はん 牛乳</b>		牛乳			ごはん		=	
)	チキンカレー	とりにく	スキムミルク	にんじん トマト	たまねぎ グリンピース	じゃがいも パンこ こむぎこ	カレールウ		
])	しろみざかなフライ	すけそうだら				でんぷん	あぶら	776	
_	ふくじんづけ				ふくじんづけ			<u> </u>	L
	<b>二</b> はん <b>牛乳</b>		牛乳			ごはん		_	
1	てりやきにくだんご(小2コ・中3コ)	とりにく			たまねぎ	パンこ でんぷん さとう	あぶら	620	9   24 5   28
! !)	じゃがいものきんぴら	あぶらあげ		にんじん	えだまめ	じゃがいも さとう	ごまあぶら ごま	785	
	すましじる	とうふ かまぼこ		にんじん ほうれんそう	えのきたけ	やきふ			
-	◎ヨーグルト		ヨーグルト						
	むぎごはん 牛乳		牛乳			むぎごはん		_	15 29 39 30
	あげぎょうざ(小2コ・中3コ)	とりにく			キャベツ しょうが にんにく	じゃがいも こむぎこ さとう でんぷん	ごまあぶら あぶら		
<)	ほうれんそうのあえもの			ほうれんそう にんじん	もやし	さとう	ごまあぶら	789	
	はっぽうさい	ぶたにく えび いか <b>うずらたまご</b>		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ キャベツ メンマ しょうが きくらげ	でんぷん	ごまあぶら		
	<b>二はん 牛乳</b>		牛乳			ごはん			
	チキンライスのぐ	とりにく		にんじん トマト	たまねぎ えだまめ	さとう	あぶら	_	
3	ハンバーグのデミグラスソースかけ	ぶたにく とりにく			たまねぎ	じゃがいも さとう でんぷん	ハヤシルウ あぶら	699 892	
	コーンスープ	とうにゅう	スキムミルク 牛乳	にんじん パセリ	たまねぎ とうもろこし マッシュルーム	じゃがいも	ホワイトルウ		
	プチりんごゼリー(小1コ・中2コ)				りんご			1	
	【24~30日 全国学校給食週間】								†
	【24、30日 王国于汉和及迎间】	1	牛乳			きしめん		]	
	きしめん <b>牛乳</b>							I	
	きしめん 牛乳	とりにく かまぼこ あぶらあげ		にんじん はねぎ	はくさい しいたけ			644	
1 ( <u>*</u> )	きしめん <b>牛乳</b> ごもくきしめんのしる	とりにく かまぼこ あぶらあげ				さつまいも	あぶら	644 748	
)	きしめん 牛乳			にんじん はねぎ にんじん ほうれんそう	はくさい しいたけ たまねぎ なす キャベツ もやし	さつまいも でんぷん こむぎこ さとう	あぶら		

の表示

- →●全てのパンに、小麦粉と脱脂粉乳を使用しています。
- ●全てのめんに、小麦粉を使用しています。
- ●アレルギー物質を含む食品の詳細のご希望がありましたら、給食センターへお問い合わせください。

【 お知らせ 】

※17日は、ごはんに「ひじきとしらすのふりかけ」をかけて食べましょう。

※23日は、ごはんに「チキンライスの具」を混ぜて食べましょう。

※27日は、ごはんに「とりめしの具」を混ぜて食べましょう。

※お問い合わせ先

幸田町学校給食センター(62-6681)

幸田町教育委員会学校教育課(62-1111)

中学校

830 20%

1群氏人は(草)   2群魚歯草   3群化タミン   4群化タミン   5群後が称   6群禽菌   15 10円   1		別 こんだて 彩	また 主に体の組織をつくる食品		<sup>数も からだ ちょうし ととの しょくひん</sup> 主に体の調子を整える食品		また 主にエネルギーになる食品		エネルギー	たんぱ く質
第一名   第一2   第一			1群(たんぱく質)	2群(無機質)		4群(ビタミン)	5群(炭水化物)	ししつ		
だはん 牛乳   中乳   中乳   だはん   ではん   ではら   ではん   ではら   ではん   ではら   ではら   ではん   ではら   ではん   ではら   ではん   ではら   ではん   で	曜		ethia ic< testion <b>魚•肉•卵</b>	きゅうにゅう にゅうせいひん 牛乳 • 乳製品 こざかな かいそう 小魚 • 海藻	りょくおうしょくやさい緑黄色野菜	た その他の野菜 <sup>くだもの</sup> 果物・きのこ		ゅし しゅじつ 油脂・種実		
「ごぎすフライ   「ごぎす   「ごぎす   「ごぎす   「ごじゃ   「ごしゃ   「ごじゃ   「ごしゃ   「ごしゃ   「ごじゃ   「ごしゃ   「ごじゃ   「ごしゃ   「しゃ   「にゅ   「しゃ   「にゅ   「しゃ   「にゅっ   「にゅっ   「にゅっ   「にゅっ   「にゅっ		ごはん <b>牛乳</b>								27.5 32.6
たくじょうソース		とりめしのぐ	とりにく あぶらあげ			ごぼう	さとう		_ _ 696	
はちはいじる とうふ ちくわ にんじん はねぎ にくざい だいこん さとう まといる でんぶん のがまごおりみかんゼリー おいちのだいこんばごはん 牛乳 だいこんば こはん こまさ さもつ でんぷん あぶら でんぷん なきが でんぷん たとう かぶら でんぷん なまか さいず こんぷ にんしん れんこん きとう でんぷん あぶら でんぷん ひきずり とりにく やきどうふ かまばこ こんにゃく こはん こまさ ことう これにゃく でんぷん あぶら とりて マルぶん あぶら また これにゃく でんぷん あぶら また これにゃく でんぷん あぶら とりて マルぶん あぶら さいまいき さとう これにゃく でんぷん あぶら かまび たけのこ こんにゃく かき たまねぎ でんじゅう かん かん これにゃく かち たまねぎ グリンピース でんぷん きとう いとかん こはん マイムシルク いよかん こはん マイムシルク いよかん こはん マイムシルク いよかん こばん マイムシルク いよかん こばん マイムシルク いよかん こばん マイムシルク いよかん こばん マイムシルク いよかん ことがら たまねぎ グリンピース マインジュルーム マインジューロ マインジューム ローロ ローロ マイン マインジューロ マインジューム マインジューム ローロ マイン マイングロ ローロ ローロ ローロ ローロ ローロ ローロ ローロ ローロ ローロ ロ			にぎす				こむぎこ パンこ	あぶら		
はつまいしゅ   かかん   さとう   かかん   さとう   かかん   さとう   かがん   さとう   かがら   さとう   かがら   ではん   ではた   ではままままままままままままままままままままままままままままままままままま	(月)	たくじょうソース				23.25			858	
おいちのだいこんばごはん 牛乳   牛乳   だいこんば   ごはん   日本名   大いで   にんじん   日本名		はちはいじる	とうふ ちくわ		にんじん はねぎ		さといも でんぷん			
おぎやき   寸けそうだら いか   はねぎ   キャベツ しょうが   でもだこ たら   528   276   278		◎がまごおりみかんゼリー				みかん	さとう			
10   10   10   10   10   10   10   10		あいちのだいこんばごはん 牛乳		牛乳	だいこんば				622 777	27.6
できくにまめ   だいず   こんぶ   にんじん   れんこん   さとう   である   でであるが   であるが   でかるが   であるが   であるが   であるが   であるが   でかるが   であるが   であるが   でかるが   であるが   であるが   でかるが   であるが   でかるが   であるが   でかるが   でがるが   でがるが   でがなが   でがなが   でがなが   でがなが   でがなが   でがなが   でがなが   でがなが   でがなが	28	ねぎやき	すけそうだら いか		はねぎ	キャベツ しょうが		あぶら		
ではん   牛乳   ではん   大家で   大家で   たまで   でんぶん   あぶら   をとう でんぷん   あぶら   でんじん   大家で   でんじん   でんじん   かぶら   でんじん   かぶら   でんじん   でんじんしん   でんじん   でんじんしん   でんじん   でん	(火)	ごもくにまめ	だいず	こんぶ	にんじん	れんこん	さとう			32.8
ではん   牛乳   牛乳   ではん   ではん   かかきたまご   たまご   でんじん   かがら		ひきずり	とりにく やきどうふ かまぼこ				なまふ さとう			
29		<b>ごはん 牛乳</b>		牛乳			ごはん			
にみそ   ぶたにく なまあげ   にんじん   はくさい だいこん しろねぎ   さといも さとう   さらいも さとう   でつまいも さとう   でかまって		あつやきたまご	たまご				さとう でんぷん	あぶら		
にみそ   おんじゅう   にんじん   にんじん   おとう   さといも さとう   さといも さとう   さっまいも さとう   さっまいも さとう   されだめこ   されがも   されがら   されがら   されがら   されがら   されがら   されがいた   されがら   されがら   されがら   されがら   されがら   されがら   されがら   されがら   されがいた   されがら   されがら	29	キャベツのゆかりあえ			しそ	_ · ·				
かいちのこめこパン 牛乳   牛乳   水ン   水ン   水ン   水ン   水ン   水ン   水ン   水	(火)	にみそ			にんじん		さといも さとう			
30 (木)       なすメンチカツ       ぶたにく みそ       なす たまねぎ       パンこ こむぎこ でんぷん さとう あぶら でんぷん さとう あぶら でんぷん さとう あぶら でんぷん さとう あぶら でんぷん さとう カレールウ かくレールウ かくレールウ かくレールウ かくしゅうがん さとう かんこに       712 831 30.2 831 30.2 831 30.2 831 30.2 831 30.2 831 30.2 831 30.2 831 30.2 831 30.2 831 30.2 831 80.2 831 80.2 831 80.2 831 80.2 831 80.2 831 80.2 831 80.2 831 80.2 831 80.2 80.2 80.2 80.2 80.2 80.2 80.2 80.2		◎おにまんじゅう								
いよかん		あいちのこめこパン 牛乳		牛乳			パン			30.2 34.4
いよかん	30	なすメンチカツ	ぶたにく みそ			なす たまねぎ		あぶら	712 831	
ごはん     牛乳     ごはん       いわしのかばやき     いわし     しょうが     こめこ でんぷん きとう     あぶら       いそかあえ     のり     キャベツ もやし     さとう     815     815       ちゃんこに     とりにく なまあげ     にら にんじん     だいこん こんにゃく もやし ごぼう たまねぎ     さとう パンこ でんぷん     あぶら	(木)	ゆめやまびことんのハヤシシチュー	ぶたにく	スキムミルク	にんじん トマト	たまねぎ グリンピース マッシュルーム		ハヤシルウ カレールウ		
いわしのかばやき     いわし     しょうが     こめこ でんぷん さとう     あぶら       いそかあえ     のり     キャベツ もやし     さとう     さとう     815       ちゃんこに     とりにく なまあげ     にら にんじん     だいこん こんにゃく もやし ごぼう たまねぎ でんぷん     さとう パンこ でんぷん     あぶら		いよかん				いよかん				
いそかあえ     たりにく なまあげ     にら にんじん     だいこん こんにやく もやし ごぼう たまねぎ     さとう のから とりにく なまあげ		<b>二</b> はん <b>牛乳</b>		牛乳			ごはん			
(金) <b>しゃんこに</b> とりにく なまあげ にら にんじん だいこん こんにゃく さとう パンこ あぶら あぶら		いわしのかばやき	いわし			しょうが		あぶら		
ちゃんこに とりにく なまあげ にら にんじん だいこん こんにゃく さとう パンこ あぶら でんぷん	31 (金)	いそかあえ		のり		キャベツ もやし	さとう		656 815	27.5 32.7
		ちゃんこに	とりにく なまあげ		にら にんじん			あぶら		
世つぶんまめ   だいず		せつぶんまめ	だいず							

1月24日~30日は、全国学校給食週間です!

※都合により材料を変更することがあります。◎印の日は業者配送です。

明治22年、山形県鶴岡町(現:鶴岡市)の私立忠愛小学校で提供 されたのが給食の始まりとされています。その後、各地に広まったも のの、戦争による食糧不足で中断されてしまいました。

戦後、子どもたちの栄養不足を改善するため、アメリカの支援団体「ララ(アジア救済公認団体)」から、給食用物資の寄贈を受けて、学校給食が再開されることになりました。昭和21年12月24日に東京都内の小学校で物資の贈呈式が行われたことから、この日を「学校給食感謝の日」としました。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週間を「全国学校給食週間」とすることが定められました。





節分は、「季節の分かれ目」を意味していて、 元々は「立春・立夏・立秋・立冬」の前日をさして いました。今では、「立春」の前日だけを節分と呼 んでいます。節分といえば豆まきです。豆まきに使

う大豆は、お米と同じように大切な作物で、特別な力があると考えられていました。また、ヒイラギの枝に焼いたいわしの頭をさしたものを玄関に飾り、鬼を追い払う風習もあります。今年の節分は2月2日です。そのため、1月31日にいわしのかば焼き、節分豆を出します。」

今月の給食で使う愛知県産の野菜にんじん、だいこん、ほうれん草、にら、キャベツ、 白菜、葉ねぎ、白ねぎ、チンゲンサイ、きゅうり、もやし



# 今月の重点目標「感謝して食べよう」

小学校

■ わたしたちは、魚や肉、米、野菜など、動物や植物の大切な命をいただいているおかげで、健康に生きる ■ことができています。いただいた大切な命を粗末にしないためにも、好き嫌いをせず、ひと口ひと口よく味 ■ わい、食べ物に感謝していただきましょ ■ う。ほかにも、「あいさつをきちんと ■ する」「正しい食事のマナーで食べる」 ■ 「後片付けをきちんとする」など、食 ■ 事の約束を守ることで感謝の気持ちを

## \*全国学校給食週間-愛知の郷土料理-\*

### ■きしめん(24日)

伝えていきたいですね。

きしめんの名前の由来は色々ありますが、 その一つにキジの肉を使用した「きじめん」 という麺があり、それがなまって「きしめ し、になったと言われています。



#### ■とりめし(27日)

養鶏業が盛んな高浜市の郷土料理で、鶏肉と油揚げを使った混ぜご飯です。

#### ■ひきずり(28日)

鶏肉を使ったすき焼きのことです。鍋の上で、肉をひきずるように食べたことから、ひきずりと呼ばれるようになりました。

### ■おにまんじゅう(29日)

さつまいもと小麦粉を使ってつくります。角切りにしたさつまいもの角がゴツゴツ見える様子が、鬼のツノや金棒を想起させたことからこの名がついたといわれています。

