



2024年

まゆうしよく こんだて表 1月

清須市学校給食センター



日	曜	献立名	主な材料とその働き					
			体をつくるものとなる		体の調子を整えるものとなる		エネルギーのもととなる	
			1群 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	2群 牛乳・乳製品・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ	5群 ごはん・パン・めん・いも・砂糖	6群 油脂・種実
10	水	ごはん 牛乳 さばの銀紙焼き 紅白なます 雑煮	さば みそ 鶏肉	牛乳	にんじん こまつな	だいこん はくさい	ごはん さとう もち	
11	木	中華めん 牛乳 塩ラーメン 愛知の野菜たっぷり揚げぎょうざ みかん	焼き豚 豚肉	牛乳	にんじん にんじん	たまねぎ キャベツ もやし ねぎ たけのこ とろろこし たまねぎ れんこん みかん	中華めん さとう さとう こむぎこ あぶら ごまあぶら あぶら	
12	金	ごはん 牛乳 豚丼 昆布あえ 白みそ汁	豚肉 油揚げ みそ 豆腐	牛乳 塩こんぶ わかめ	さやいんげん	たまねぎ こんにゃく しいたけ キャベツ きゅうり ねぎ	ごはん さとう じゃがいも	
15	月	ごはん 牛乳 照り焼きハンバーグ ゆかりあえ 吉野汁	鶏肉 鶏肉 豆腐 かまぼこ	牛乳		たまねぎ キャベツ もやし はくさい だいこん	ごはん さとう でんぷん さとう でんぷん	あぶら
16	火	㊦スライスパン 牛乳 ツナサンドの具 ㊦コーンクリームスープ いちごとみかんのゼリー	まぐろ油漬け 鶏肉	牛乳	にんじん パセリ	キャベツ きゅうり たまねぎ とろろこし	パン マヨネーズ風調味料	
17	水	ごはん 牛乳 鶏肉の香味焼き 即席漬け みそ汁	鶏肉 豆腐 油揚げ みそ	牛乳 こんぶ	にんじん	にんにく はくさい きゅうり だいこん えのきたけ ねぎ	ごはん さとう ごまあぶら	
18	木	ごはん 牛乳 ピピンパ わかめスープ フルーツ杏仁	牛肉 豆腐	牛乳 わかめ	ほうれんそう にんじん	しいたけ ぜんまい にんにく もやし はくさい ねぎ パイン 黄桃	ごはん さとう あぶら ごま ごまあぶら 豆乳ゼリー	
19	金	ごはん 牛乳 いわしの梅煮 清須はくさいのおひたし 豚汁	いわし 豚肉 油揚げ みそ 豆腐	牛乳	ほうれんそう にんじん	うめ もやし はくさい こんにゃく ごぼう だいこん ぶなしめじ ねぎ	ごはん さとう さとう さとう	
22	月	ごはん 牛乳 メルルーサの香味漬け 五目煮豆 あわせみそ汁	メルルーサ 鶏肉 大豆 はんぺん 油揚げ みそ 豆腐	牛乳	にんじん さやいんげん	にんにく しょうが こんにゃく だいこん ねぎ	ごはん さとう	
23	火	麦ごはん 牛乳 ㊦カレーライス(アレルギー対応カレー) コーンサラダ ㊦型抜きチーズ(ミニりんごゼリー)	豚肉 ウインナー	牛乳 チーズ	にんじん	たまねぎ とろろこし きゅうり キャベツ	麦ごはん じゃがいも あぶら ドレッシング	
24	水	ごはん 牛乳 みそカツ とんカツ かぶの梅風味あえ 梅ごはんのもと ㊦かきたま汁	みそ 豚肉 かつおぶし かまぼこ 鶏卵	牛乳	赤じそ みつば	かぶ キャベツ きゅうり うめ しいたけ	ごはん さとう パンこ さとう でんぷん きしめん	あぶら
25	木	きしめん 牛乳 五目きしめん 肉団子 和風サラダ	鶏肉 油揚げ 鶏肉	牛乳	にんじん	はくさい ねぎ しいたけ たまねぎ キャベツ きゅうり とろろこし	さとう パンこ さとう さとう ドレッシング	あぶら
26	金	ごはん 牛乳 ひきずり ツナあえ ういろ	鶏肉 焼き豆腐 まぐろ油漬け	牛乳	ほうれんそう	こんにゃく はくさい えのきたけ ねぎ キャベツ	ごはん さとう 角ふ さとう ういろ	
29	月	ごはん 牛乳 かきまわし にぎすフライ すまし汁	鶏肉 油揚げ にぎす かまぼこ 豆腐	牛乳	にんじん みつば	こんにゃく ごぼう えのきたけ はくさい	ごはん さとう パンこ こむぎこ あぶら	
30	火	ごはん 牛乳 みそおでん ㊦厚焼き卵(平つくね) からしあえ	豚肉 ちくわ はんぺん みそ 鶏卵	牛乳	にんじん こまつな	こんにゃく だいこん もやし はくさい	ごはん さとう さとう さとう さとう	
31	水	ごはん 牛乳 白ごまつくね しそひじきあえ しそ味ひじき どさんこ汁	鶏肉 鶏レバー ひじき 豚肉 豆腐 みそ	牛乳	こまつな にんじん	たまねぎ キャベツ もやし しその実 とろろこし ねぎ	ごはん パンこ さとう さとう さとう じゃがいも	ごま あぶら あぶら

☆☆☆ 毎月19日は食育の日 ☆☆☆

今月は清須市産の「はくさい」を使って、「清須はくさいのおひたし」を作ります。冬にとれるはくさいは甘味が強いので、かつお節のように、うま味があるものとあえるとおいしくいただけます。

※今月は清須市産のにんじんを使用する予定です。19日のはくさいも清須市産です。■部分
 ※献立内容や食材は、都合により変更する場合があります。
 ※使用する食材は、6つの基礎食品群の分類を基本に記載しています。微量な食品や調味料などは記載していません。
 ※特定原材料の使用については、「特定原材料等一覧表」でご確認ください。
 (特定原材料等一覧表は、各学校から希望者に配布しています。また、清須市のホームページから見ることもできます)
 ※清須市では卵・乳アレルギー対応食を実施しています。(対応食がある日に○)
 卵成分を含む献立には、献立表の前に㊦でお知らせします。代替食がある場合には()に記載します。
 乳成分を含む献立には、献立表の前に㊦でお知らせします。代替食がある場合には()に記載します。
 (乳アレルギー対象者の牛乳の代替食は「豆乳」、乳成分を含む主食の代替食は「ごはん」です)

手洗い達人 今年のはつ年! 給食の「たつ人」を目指そう お皿ピカピカ達人

盛り付け達人 よい姿勢達人 はし使い達人 後片付け達人

あけましておめでとうございます。冬休み中は、日本の伝統文化に触れる機会も多かったのではないのでしょうか。正月料理には、豊作や無病息災などの願いが込められていますが、昔も今も、その願いは変わらないことを実感します。

さて、今の学年やクラスで給食を食べるのもあとわずかです。給食時間を気持ちよく過ごせるように、今年の干支である「たつ(辰)」にちなみ、一人一人が給食の「たつ(達)」人を目指してみませんか?



1月24日~30日は、 全国学校給食週間!

全国学校給食週間は、学校給食の意義や役割についての理解や関心を高めることなどを目的に、全国各地の学校でいろいろな行事食が行われています。清須市では、この地域ならではの郷土料理などを提供する予定です。詳しい内容は後日、別刷りのリーフレットでお知らせしますので、楽しみにしてくださいね。