



2025年

きゅうしよく 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					
			体をつくるもとになる		体の調子を整えるもとになる		エネルギーのもとになる	
			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
8	水	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		さばのみそ焼き	さば みそ				さとう でんぷん	
		紅白なます			にんじん	だいこん	さとう	
		雑煮	鶏肉		こまつな	はくさい	もち	
9	木	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		鶏肉のねぎ塩炒め	鶏肉		にんじん	にんにく しょうが たまねぎ キャベツ ねぎ	でんぷん	ごまあぶら
		浅漬け				もやし はくさい きゅうり		
		あわせみそ汁	油揚げ 豆腐 みそ	わかめ		だいこん		
10	金	中華めん 牛乳		牛乳			中華めん	
		しょうゆラーメン	豚肉 なると		にんじん	もやし はくさい ねぎ メンマ とうもろこし	さとう	あぶら
		春巻き	鶏肉		にんじん	たまねぎ キャベツ たけのこ	こむぎこ はるさめ	あぶら ごまあぶら
		フルーツ杏仁				パイン 黄桃	豆乳ゼリー	
14	火	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		鶏そぼろ丼	鶏肉		にんじん さやいんげん	たまねぎ しいたけ とうもろこし しょうが	さとう	あぶら
		ごまあえ			ほうれんそう	もやし はくさい	さとう	ごま
		豚汁	豚肉 油揚げ みそ 豆腐			こんにゃく ごぼう だいこん ぶなしめじ ねぎ		
15	水	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		コロッケ	豚肉 牛肉		にんじん パセリ	たまねぎ	じゃがいも さとう パンこ こむぎこ	あぶら
		ゆかりあえ			赤じそ	キャベツ もやし	さとう	
		ちゃんこ汁	鶏肉 豆腐			だいこん たまねぎ ぶなしめじ ねぎ しょうが		
⑬	木	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		チキンライスの具	鶏肉		トマト	たまねぎ マッシュルーム グリンピース		
		⑨オムレツ（サラダステーキ）	鶏卵				さとう	あぶら
		ジュリエンスープ	ベーコン		にんじん みずな	たけのこ だいこん えのきたけ		
17	金	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		和風おろしハンバーグ	かつおぶし			だいこん	さとう でんぷん	
		ハンバーグ	鶏肉			たまねぎ		あぶら
		清須はくさいのおひたし			ほうれんそう	もやし はくさい	さとう	
20	月	白みそ汁	油揚げ みそ	わかめ		たまねぎ ねぎ	じゃがいも	
		ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		ししゃもフライ和風ソース					さとう でんぷん	あぶら
		ししゃもフライ		ししゃも			パンこ こむぎこ	
21	火	かおりあえ			青じそ	キャベツ もやし	さとう	ごま
		けんちん汁	油揚げ 豆腐		にんじん こまつな	だいこん ごぼう	さといも	
		ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		ドライカレー	豚肉 大豆		にんじん トマト	たまねぎ マッシュルーム		
22	水	ジャーマンポテト	ウインナー		パセリ	とうもろこし	じゃがいも	あぶら
		ミニ野菜ゼリー					ゼリー	
		ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		白ごまつくね	鶏肉 鶏レバー			たまねぎ	パンこ さとう	ごま あぶら
23	木	しそひじきあえ			こまつな	キャベツ もやし	さとう	あぶら
		しそ味ひじき		ひじき		しその実		
		どさんこ汁	豚肉 みそ 豆腐		にんじん	とうもろこし ねぎ	じゃがいも	
		⑩ロールパン 牛乳		牛乳			パン	
24	金	チキンナゲット	鶏肉				パンこ こむぎこ	あぶら
		イタリアンサラダ			ブロッコリー	キャベツ きゅうり		ドレッシング
		⑩コーンクリームスープ	ベーコン	牛乳	にんじん パセリ	たまねぎ とうもろこし		
		ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
27	月	みそおでん	豚肉 ちくわ はんぺん みそ		にんじん	こんにゃく だいこん	さといも さとう	
		⑩厚焼き卵（平つくね）	鶏卵				さとう	
		からしあえ			こまつな	もやし はくさい	さとう	
		きしめん 牛乳		牛乳			きしめん	
28	火	五目きしめん	鶏肉 油揚げ		にんじん	はくさい しいたけ ねぎ		
		野菜かきあげ			しゅんぎく にんじん	たまねぎ ごぼう	こむぎこ	あぶら
		和風サラダ		わかめ		キャベツ きゅうり とうもろこし	さとう	ドレッシング
		ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
29	水	かきまわしの具	鶏肉 油揚げ		にんじん	こんにゃく ごぼう	さとう	
		肉だんご	鶏肉			たまねぎ ごぼう	さとう	あぶら
		すまし汁	かまぼこ 豆腐		みつば	えのきたけ		
		ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
30	木	ひきずり	鶏肉 焼き豆腐			こんにゃく はくさい えのきたけ ねぎ	角ふ さとう	
		ツナあえ	まぐろ油漬け		ほうれんそう	キャベツ		
		ういろう					ういろう	
		ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
31	金	みそカツ	みそ				さとう	あぶら
		とんカツ	豚肉				パンこ	
		梅風味あえ				だいこん キャベツ きゅうり		
		梅ごはんのもと	かつおぶし		赤じそ	うめ	さとう	
31	金	⑩かきたま汁	鶏卵 かまぼこ		ほうれんそう	えのきたけ しいたけ	でんぷん	
		ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		豚丼	豚肉		さやいんげん	こんにゃく しいたけ たまねぎ	さとう	
		おかかあえ	かつおぶし		にんじん こまつな	もやし はくさい	さとう	
31	金	いわしのつみれ汁	豆腐			だいこん えのきたけ しょうが ねぎ		
		いわしのつみれ団子	いわし たら			たまねぎ しょうが	さとう	

今年巳(へび)年！

へびは、食べるときに獲物を丸のみしますが、
皆さんは、よくかむことを意識して味わって食べましょう。



1月24日～30日は、全国学校給食週間です！

日本の学校給食は、明治22年に山形県で提供されたのが始まりとされています。
その後、各地に広まったものの、戦争による食料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、昭和21年にアメリカの支援団体「LARA」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。
全国学校給食週間を通して、学校給食の意義や役割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たいと思います。

※今月は愛知県産のにんじん・みつば・ねぎを使用する予定です。17日のはくさいは清須市産です。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ができます)
※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⑨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⑩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)

☆☆☆ 食育の日は17日に実施します ☆☆☆

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みが強いので、かつおぶしといった、
うま味があるものとあえるとおいしくいただけます。