



2026年

きゅうしょくこんだて表 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	2群	3群	4群	5群	6群
			魚・肉・卵・大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	ごはん・パン・めん・いも・砂糖	油脂・種実
8	木	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		鶏肉の照り焼き	鶏肉				さとう	
		紅白なます			にんじん	だいこん	さとう	
		雑煮	かまぼこ		こまつな	はくさい	もち	
⑨	金	⑩ 小型ロールパン 牛乳		牛乳			パン	
		焼きそば	豚肉 いか ちくわ	青のり	にんじん	キャベツ しょうが	焼きそばめん	あぶら
		肉だんご	鶏肉			たまねぎ	さとう パンこ	あぶら
		フルーツ杏仁				パイン 黄桃	豆乳ゼリー	
13	火	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		ドライカレー	豚肉 豚レバー 大豆		にんじん トマト	たまねぎ マッシュルーム		
		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
		ミニ洋梨ゼリー					洋梨ゼリー	
14	水	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		いわしのしょうが煮	いわし			しょうが	さとう	
		ささみとひじきのさっぱりあえ	鶏ささみ油漬け	ひじき		きゅうり とうもろこし	さとう	ごまあぶら
		豚汁	豚肉 油揚げ みそ 豆腐		にんじん	こんにゃく ごぼう だいこん ぶなしめじ ねぎ		
⑮	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		
		⑯ 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	たまねぎ たけのこ えのきたけ		
16	金	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		まぐろカツ	まぐろ			たまねぎ	パンこ こむぎこ さとう	あぶら
		ごまあえ			ほうれんそう	もやし はくさい	ごま さとう	
		ちゃんこ汁	鶏肉 豆腐		にんじん	たまねぎ ぶなしめじ ねぎ しょうが		
19	月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		ししゃもフライ和風ソース		ししゃも			パンこ こむぎこ さとう でんぶん	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	
		白みそ汁 食育の日	油揚げ みそ	わかめ		たまねぎ ねぎ	じゃがいも	
20	火	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		豚肉のしょうが炒め	豚肉		さやいんげん	しょうが たまねぎ たけのこ	さとう でんぶん	あぶら
		かおりあえ			青しそ	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	
21	水	麦ごはん 牛乳		牛乳			麦ごはん	
		ハヤシライス	豚肉		にんじん トマト	たまねぎ グリンピース	じゃがいも	
		花野菜のサラダ	ウインナー		ブロッコリー	カリフラワー とうもろこし		ドレッシング
		ココア牛乳のもと					ココア牛乳のもと	
22	木	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		中華飯	豚肉 えび いか		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ もやし キャベツ しょうが	さとう でんぶん	あぶら ごまあぶら
		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
		ハンサンスー	ハム			きゅうり	はるさめ さとう	ごまあぶら
⑳	金	㉑ スライスパン 牛乳		牛乳			パン	
		セルフツナサンドの具	まぐろ油漬け			キャベツ きゅうり		マヨネーズ風調味料
		㉒ コーンクリームスープ	鶏肉	牛乳	にんじん パセリ	たまねぎ とうもろこし		
		豆乳ムース					豆乳ムース	
26	月	きしめん 牛乳		牛乳			きしめん	
		五目きしめん	鶏肉 油揚げ		にんじん	はくさい ねぎ しいたけ		
		野菜かきあげ			にんじん しゅんぎく	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
27	火	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		かきまわし	鶏肉 油揚げ		にんじん	こんにゃく ごぼう	さとう	
		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
		すまし汁	かまぼこ 豆腐		みつば	えのきたけ		
㉑	水	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		みそカツ	豚肉 みそ				パンこ さとう	あぶら
		梅風味あえ	かつおぶし		赤しそ	だいこん キャベツ きゅうり うめ	さとう	
		㉒ かきたま汁	鶏卵 かまぼこ		ほうれんそう	しいたけ えのきたけ	でんぶん	
29	木	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		ひきすり	鶏肉 焼き豆腐 かまぼこ			こんにゃく はくさい えのきたけ ねぎ	角ふ さとう	
		さばのおかか煮	さば かつおぶし				さとう	
		ういろう					ういろう	
㉓	金	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん	
		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	
		㉔ 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	

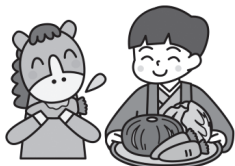
☆☆☆毎日19日は食育の日☆☆☆

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

あけましておめでとうございます 年

冬休みが終わり、いよいよ3学期が始まりました。風邪やインフルエンザも流行していますので、体調管理に気をつけて、1日1日を大切に過ごしてほしいと思います。

今年うま年！



うまのように野菜を
たっぷり食べよう！



箸をうまく使いこなして
きれいに食べよう！



よく味わってうま味
を感じよう！

※今月は愛知県産のみつば、チンゲンサイを使用する予定です。

19日は清須市産のはくさいを使用する予定です。 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、献立名の前に⑱でお知らせします。代替食がある場合には（ ）内に記載します。

乳成分を含む献立には、献立名の前に⑲でお知らせします。代替食がある場合には（ ）内に記載します。

（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）

お年玉はもちだった!?



お正月の楽しみといえばお年玉。新年を祝って、大人から子どもへお小遣いを渡す風習です。もともとは、お正月の「歳神様（年神様）」にお供えした「もち」を、歳神様からの贈り物として分け与えたことが始まりとされ、「年玉」とは「歳神様の魂」を意味します。

ぜん ごく がっ ころ きゅう しょく しゅう かん
全国学校給食週間
がはじまりま～す！



1月24日から30日は、全国学校給食週間です。愛知県の郷土料理が登場しますので、楽しみにしててくださいね。