

1月 小学校給食献立表



目標

働く人に感謝して食べよう

大府市教育委員会

日 曜	献立名	体を作る		体の調子を整える		エネルギーになる		エネルギー (kcal) たんばく質 (g)
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
8 水	ごはん 牛乳		牛乳			米		639
	ぶりのみりんやき	ぶり				砂糖		
	しらたまどうに	鶏肉 かまぼこ 油揚げ		にんじん こまつな	はくさい 干しいたけ	餅		
	こうはくなます			金時にんじん	だいこん ゆず	砂糖		
	くろまめ	黒豆				砂糖		25.4
9 木	ごはん 牛乳		牛乳			米		620
	マーボー豆腐	豚肉 鶏レバー 豆腐 みそ		にんじん ねぎ	玉ねぎ ねぎ しょうが にんにく	砂糖 でんぶん	ごま油	
	ほうれんそうとはるさめのちゅうかサラダ	ささみ		ほうれんそう	もやし	はるさめ 砂糖	ごま油	
	いよかん				いよかん			28.0
10 金	ごはん 牛乳		牛乳			米		611
	ハンバーグのたまねぎソースかけ	鶏肉 豚肉			玉ねぎ	砂糖 でんぶん		
	ブロッコリーのいためもの	ツナ		ブロッコリー	コーン キャベツ		米油	26.6
14 火	さつまじる	鶏肉 油揚げ みそ		にんじん ねぎ	だいこん ごぼう ねぎ こんにゃく	さつまいも		
	ごはん 牛乳		牛乳			米		625
	さわらのさいきょうやき	さわら みそ				砂糖		
	じゃがいものうまに	豚肉 はんぺん		にんじん さやいんげん	玉ねぎ こんにゃく	じゃがいも 砂糖	米油	
15 水	はくさいのゆかりあえ			赤じそ	はくさい もやし			30.9
	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		602
	カレー	豚肉	牛乳	にんじん	玉ねぎ	じゃがいも		
	ツナサラダ(イタリアンドレッシング)	ツナ			キャベツ コーン 枝豆		ドレッシング	
16 木	りんご				りんご			23.1
	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		618
	ごぼういりつくね(2こ)	鶏肉 豚肉			玉ねぎ ごぼう	砂糖 でんぶん	油	
	こうやどうふのたまごとし	鶏肉 卵 高野豆腐 かばぼこ		にんじん ねぎ	玉ねぎ 干しいたけ ねぎ	砂糖 でんぶん		
17 金	じゃことだいこんのサラダ(わふうドレッシング)		しらす干し	にんじん	だいこん キャベツ		ドレッシング	27.2
	きしめん 牛乳		牛乳			きしめん		580
	ごもくかけじる	豚肉 油揚げ かまぼこ		にんじん ねぎ	はくさい ねぎ えのきたけ	でんぶん		
	わかさぎのあおのりふうみあげ(4〜5びくくらい)		わかさぎ あおのり			でんぶん	米油	
20 月	うのはなのいりに	おから 鶏肉		にんじん	枝豆	砂糖	米油 ごま油	28.7
	ごはん 牛乳		牛乳			米		623
	いわしのうめに	いわし		赤じそ	梅肉	砂糖 でんぶん		
	ひじきのいために	ツナ	ひじき	にんじん さやいんげん		砂糖	米油	
21 火	みだくさんじる	鶏肉 生揚げ みそ		にんじん ねぎ	だいこん ごぼう ねぎ えのきたけ	さといも でんぶん		27.9
	ごはん 牛乳		牛乳			米		617
	けんちんしのだのおろしだれかけ	豆腐 油揚げ たらすり身	ひじき	にんじん	だいこん	砂糖 でんぶん	油	
	ブリッコーのおかかあえ	かつお節		ブロッコリー		砂糖		
22 水	かきたまじる	卵 豆腐 鶏肉		にんじん ねぎ	ねぎ 玉ねぎ	でんぶん		26.6
	ごはん 牛乳		牛乳			米		620
	にぎすフライ	にぎす				パン粉 小麦粉	米油	
	にみそ	豚肉 はんぺん 生揚げ みそ		にんじん	はくさい だいこん こんにゃく	さといも 砂糖		
23 木	しゅんぎくのごまあえ	ささみ		春菊	もやし	砂糖	ごま	27.9
	むぎごはん 牛乳		牛乳			米 大麦		619
	しゅうまい(2こ)	豚肉 鶏肉 たらすり身			玉ねぎ	でんぶん 小麦粉 パン粉		
	なまあげのちゅうかに	生揚げ 豚肉		にんじん	玉ねぎ たけのこ 枝豆 干しいたけ しょうが	砂糖 でんぶん	米油	
	こまつなのあえもの			こまつな にんじん		砂糖	ごま油	27.2



あけましておめでとうございます。
今年も引き続き、毎日の給食時間が楽しみになるような、おいしい給食作りに
努めていきたいと思ひます。今年もどうぞよろしくお願ひします。

＜今月の愛知県産の野菜・くだもの＞

さつまいも・さといも・木の山芋・カリフラワー・キャベツ・きゅうり
こまつな・春菊・だいこん・にんじん・木の山五寸にんじん・ねぎ・はくさい
ブロッコリー・ほうれんそう・れんこん・切り干し大根・ゆず



おぶちゃん
マーク

うらへつづきます

10日(金) 有機農業でできた
さつまいも(大府市産)
17日(金) きしめん(郷土料理)
22日(水) 煮みそ(郷土料理)

1月 小学校給食献立表



目標

働く人に感謝して食べよう

大府市教育委員会

学
校
給
食
週
間

日 曜		献立名	体を作る		体の調子を整える		エネルギーになる		エネルギー (kcal)
		おおぶニック がっこうきゅうしよくまい 学校給食米です	1群	2群	3群	4群	5群	6群	たんぱく質 (g)
24 金		ごはん 牛乳		牛乳			米		591
		てんむす(えびてん・てまきのり)	えび	のり			小麦粉 でんぶん 砂糖	油 米油	
		キャベツのうめのかあえ				キャベツ きゅうり 梅			
		いわしりつみれだんごじる	いわし入りつみれ団子 生揚げ みそ		にんじん ねぎ	だいこん ごぼう ねぎ			
27 月		【ぼしゅうこんだて】							600
		ごはん 牛乳		牛乳			米		
		ぶりのたつたあげ	ぶり				でんぶん		
		ほうれんそうとしらすあえ		しらす	ほうれんそう	もやし	砂糖		
		キャベツとたけのこの みそとうにゅうスープ	豚肉 豆乳 みそ		にんじん ねぎ	キャベツ たけのこ だいこん ねぎ			25.3
28 火		ごはん 牛乳		牛乳			米		647
		さばのはちようみそに	さば みそ				砂糖		
		ひきずり	鶏肉 焼き豆腐 かまぼこ		にんじん ねぎ	はくさい こんにゃく 干しいたけ ねぎ	砂糖	米油	
		きりぼしだいこんのごますあえ	ハム		こまつな	切り干し大根	砂糖	ごま	
29 水		ごはん 牛乳		牛乳			米		619
		このやまいもはんぺん	白身魚すり身				ながいも 木の山芋 でんぶん	米油	
		このやまごすんににんじんのにあえ	油揚げ		木之山五寸にんじん	だいこん	砂糖	米油	
		おおぶやさいのみそしる	豚肉 豆腐 みそ	わかめ	にんじん ねぎ	キャベツ 玉ねぎ こんにゃく ねぎ			
		がまごおりみかんプチゼリー				みかん	砂糖		26.8
30 木		あいちのこめこいりパン 牛乳		牛乳			米粉入りパン		581
		あいちのポークウインナー ケチャップソースかけ	ウインナー				砂糖 でんぶん		
		れんこんサラダ(ごまドレッシング)	ツナ			れんこん キャベツ		ごまドレッシング	
		カリフラワーのとうにゅうシチュー	鶏肉 豆乳		にんじん	はくさい 玉ねぎ カリフラワー しめじ	じゃがいも		
31 金		ごはん 牛乳		牛乳			米		591
		いわしのかばやき	いわし				米粉 でんぶん 砂糖	米油	
		キャベツのしおこんぶあえ		塩こんぶ		キャベツ			
		さわにわん	豚肉 豆腐		にんじん ねぎ	だいこん ねぎ えのきたけ			
		せつぶんまめ	大豆						
									28.3



1月24日から30日は
せんごくがっこう給食しょうかん
全国学校給食週間です



今年度の学校給食週間は、大府市や愛知県内でとれた食べ物を
使った料理や愛知県の郷土料理、名古屋めし、みなさんから募集
した献立が登場します。お楽しみに！

平均値	615
基準値	26.5

24日(金)名古屋めし

☆天むす

甘いから
甘いいたれのかかったえびの天むすが入った小ぶりのおむすびです。
給食では、自分でごはんといえびの天むすをのりで巻いて食べましょう。

28日(火)愛知県の郷土料理

☆ひきずり

鶏肉を使ったすきやきです。愛知県では、昔からニワトリの飼育が盛んであったため鶏肉料理が多いといわれています。

30日(木)愛知県の食材を使った献立

☆れんこんサラダ

愛知県産のれんこんとキャベツを使用しています。

☆カリフラワーの豆乳シチュー

愛知県産のカリフラワー、白菜、にんじんを使用しています。

27日(月)募集献立

☆学校ごとに募集した献立を実施します。

29日(水)大府市の食材を使った献立

☆木の山芋はんぺん

其和西小学校近くの「木之山地区」で作られている「木の山芋」を使って、給食室で一つ一つ手作ります。

☆木之山五寸にんじんの煮あえ

「木之山五寸にんじん」も「木之山地区」で作られています。このにんじんは、50年以上前から作られています。愛知の伝統野菜の一つです。



24日(金)～30日(木) 全国学校給食週間

24日(金)28日(火)29日(水) おおぶニック学校給食米
(大府市産)

食塩相当量(g)	
平均値	2.0
基準値	2.0



学校給食の移り変わりをしてみよう！

明治22年



しりつちゅうかいしょうがっこう
私立忠愛小学校で
提供されたといわれ
る給食。

戦後(昭和20～30年代)



しえんぶつ し
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



ちいせ
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。



大府市のホームページでは【学校給食でお勧めレシピ】として
栄養教諭や給食調理員がお勧めするレシピを掲載しています。
是非、ご覧いただき、家庭でもお試しください。

ただいま、レシピをリニューアル中です。今までの【学校給食
でお勧めレシピ】は旧QRコードからご覧いただくことができます。
適塩などの観点から、調味料の分量や食材の見直しをしてい
るレシピへは新QRコードから、ぜひご覧ください！



しん
新



きゅう
旧

・物資の都合により献立を変更することがありますので、ご了承ください。・献立について不明な点は、各学校までお問い合わせください。