

1月 小学校給食献立表



目標

はたらひとかんちやく
働く人に感謝して食べよう

大府市教育委員会

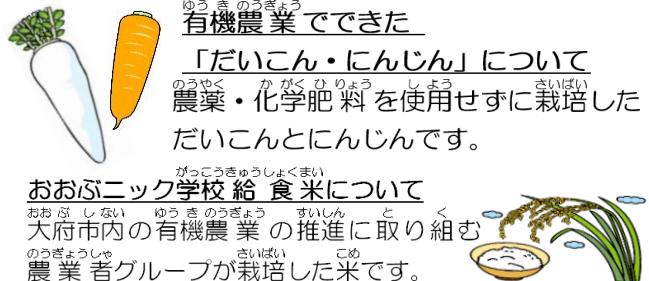
日	曜	献立名	体をつくる		体の調子をととのえる		エネルギーになる		エネルギー (kcal)
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	
8	木	ごはん 牛乳 ぶりのみりんやき しらたまぞうに だいこんとにんじんのこうはぐなます くろまめ	おおぶニック学校給食米です。 ぶり 鶏肉 かまぼこ 油揚げ 有機農業でできた だいこんを使用します。 黒豆	牛乳 ぶり 金時にんじん 黒豆				米 砂糖 餅 砂糖 砂糖	639 25.4
		ごはん 牛乳		牛乳				米	
		マーボーどうふ はるさめのちゅうかあえ りんご	豚肉 鶏レバー 豆腐 みそ ささみ		にんじん ねぎ ひじき	玉ねぎ ねぎ しょうが にんにく ほうれんそう	砂糖 でんぶん ごま油 はるさめ 砂糖 りんご	ごま油	
		ごはん 牛乳 いわしのうめに ひきずり こまつなときりぼしだいこんの ごまあえ	おおぶニック学校給食米です。 いわし 鶏肉 かまぼこ 豆腐 ツナ	牛乳 赤じそ にんじん ねぎ		梅肉 はくさい こんにゃく 干ししいたけ ねぎ	砂糖 でんぶん 米油	米	
13	火	ごはん 牛乳 ハンバーグのおりしソースかけ にんじんとれんこんのきんぴら みだくさんじる	おおぶニック学校給食米です。 いわし 鶏肉 かまぼこ 豆腐 ツナ	牛乳 豚肉 鶏肉 有機農業でできた にんじんを使用します。 ツナ		だいこん 玉ねぎ れんこん こまつな ねぎ	砂糖 でんぶん ごま油 米油 なめこ ねぎ	大麦 米 米油	635 27.7
		ごはん 牛乳 わかさぎのカレーふうみ ごぼうとうこうやどうふの たまごじ		牛乳				大麦 米	
		ごはん 牛乳 ごぼうとうこうやどうふの たまごじ ブロッコリーのおかかあえ			にんじん ねぎ	玉ねぎ ねぎ ごぼう 玉ねぎ 干ししいたけ ねぎ	砂糖 でんぶん 砂糖	でんぶん 米油	
		ごはん 牛乳 こめこのハヤシライス まめまめサラダ (ごまドレッシング) いよかん			れんこん ブロッコリー	れんこん コーン	砂糖	米油	
16	金	ごはん 牛乳 さばのしおやき にみそ キャベツのゆかりあえ	おおぶニック学校給食米です。 さば 豚肉 うずら卵 生揚げ みそ	牛乳 にんじん トマト		玉ねぎ エリンギ キャベツ	じゃがいも 米粉 砂糖 赤いんげん豆 ひよこ豆 青えんどう豆	大麦 米 米油 豆乳マーガリン ごまドレッシング	633 22.2
		ごはん 牛乳 きしめん 牛乳 ごもくじる ちくわのこめこいそべあげ (1・2ねん1こ、3ねん~2こ) しゅんぎくとささみのおひたし アーモンドこざかな		牛乳 にんじん トマト			いよかん	米	
		ごはん 牛乳 にみそ キャベツのゆかりあえ			にんじん ねぎ 赤じそ			米	
		ごはん 牛乳 豚肉 油揚げ かまぼこ ちくわ ささみ かたくちいわし			玉ねぎ はくさい 干ししいたけ ねぎ			米	
19	月	ごはん 牛乳 さばのしおやき にみそ キャベツのゆかりあえ	おおぶニック学校給食米です。 さば 豚肉 うずら卵 生揚げ みそ	牛乳 にんじん トマト		玉ねぎ エリンギ キャベツ	じゃがいも 米粉 砂糖 赤いんげん豆 ひよこ豆 青えんどう豆	大麦 米 米油 豆乳マーガリン ごまドレッシング	671 29.9
		きしめん 牛乳 ごもくじる ちくわのこめこいそべあげ (1・2ねん1こ、3ねん~2こ) しゅんぎくとささみのおひたし アーモンドこざかな		牛乳 にんじん トマト				大麦 米 米油	
		ごはん 牛乳 豚肉 鶏肉 たらすり身 なまあげのちゅうかに ほうれんそうのちゅうかあえ		牛乳 にんじん チンゲンサイ		玉ねぎ たけのこ 干ししいたけ しょうが	砂糖 でんぶん 砂糖	大麦 米 米油	
		ごはん 牛乳 にぎすフライ ひじきのいために ぶたじる			ほうれんそう にんじん	切り干し大根	砂糖	ごま油	
21	水	ごはん 牛乳 しゅうまい(2こ) なまあげのちゅうかに ほうれんそうのちゅうかあえ		牛乳 玉ねぎ				大麦 米	628 28.3
		ごはん 牛乳 にぎす ひじきのいために ぶたじる			にんじん 枝豆			パン粉 小麦粉	
		ごはん 牛乳 やきウインナー(2ほん) カレー カリフラワーサラダ (にんじんドレッシング)			ねぎ 玉ねぎ	玉ねぎ たけのこ 干ししいたけ しょうが	砂糖 でんぶん 砂糖	パン粉 小麦粉	
		ごはん 牛乳 ウインナー			にんじん にんじん	切り干し大根	砂糖	米油	
22	木	ごはん 牛乳 にぎす ひじきのいために ぶたじる		牛乳 にんじん ねぎ				米	625 27.5
		ごはん 牛乳 にぎす ひじきのいために ぶたじる			枝豆			パン粉 小麦粉	
		ごはん 牛乳 にぎす ひじきのいために ぶたじる			ねぎ 玉ねぎ	玉ねぎ たけのこ 干ししいたけ しょうが	砂糖 でんぶん 砂糖	米油	
		ごはん 牛乳 やきウインナー(2ほん) カレー カリフラワーサラダ (にんじんドレッシング)			にんじん にんじん	切り干し大根	砂糖	アーモンド	
23	金	ごはん 牛乳 やきウインナー(2ほん) カレー カリフラワーサラダ (にんじんドレッシング)		牛乳 にんじん 玉ねぎ				大麦 米	636 23.4
		ごはん 牛乳 ウインナー			にんじん にんじん	玉ねぎ カリフラワー 玉ねぎ	じゃがいも 砂糖	米油	
		ごはん 牛乳 豚肉						米油	
		ごはん 牛乳 牛乳						米油	

- 8日(木) おおぶニック学校給食米(大府市産)
有機農業でできだいこん(大府市産)
おおぶニック学校給食米(大府市産)
ひきずり(郷土料理)
13日(火) 有機農業でできたにんじん(大府市産)
おおぶニック学校給食米(大府市産)
にみそ(郷土料理)
14日(水) 有機農業でできたにんじん(大府市産)
おおぶニック学校給食米(大府市産)
にみそ(郷土料理)
19日(月) きしめん(郷土料理)
20日(火) きしめん(郷土料理)

おぶちゃん
マーク

うらへづづきます

有機農業でできた
「だいこん・にんじん」について
のうやく かがく ひりょう しょう さいばい
農薬・化学肥料を使用せずに栽培した
だいこんとにんじんです。
おおぶニック学校 給食米について
おおぶ し ない ゆう きのう しょく すい とく
大府市内の有機農業の推進に取り組む
のうぎょうしお さいばい こめ
農業者グループが栽培した米です。



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	体をつくる		体の調子をととのえる		エネルギーになる		エネルギー (kcal)
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	
26 月	ごはん 牛乳		牛乳				米		681
	さわらのなんぶふうやき	さわら					砂糖 でんぶん	ごま	
	はくさいとしおこんぶのレモンあえ		塩こんぶ	にんじん	はくさい レモン果汁		砂糖		
	ひつみじる	鶏肉 油揚げ		にんじん ねぎ	ごぼう だいこん ねぎ こんにゃく 干しこいだけ		すいとん		
	おにまんじゅう						さつまいも 米粉 砂糖		27.0
27 火	【ばしゅうこんだて】								664
	ごはん 牛乳		牛乳				米		
	まぐろとれんこんのあまからあげ	まぐろ			れんこん	でんぶん 米粉 砂糖	米油		
	こまつなとにんじんのごまあえ			こまつな にんじん	コーン	砂糖	ごま		
	にくだんごいりはるさめスープ	鶏肉		にんじん ねぎ	玉ねぎ 干しこいだけ だいこん 白菜 ねぎ	はるさめ でんぶん			23.8
28 水	やさいゼリー			にんじん	みかん	砂糖			661
	むぎごはん 牛乳		牛乳				大麦 米		
	タコライス(タコミート)	豚肉		にんじん トマト	玉ねぎ		米油		
	(キャベツソテー)				キャベツ		米油		
	もずくじる	かまぼこ 豆腐	もずく	にんじん ねぎ	だいこん ねぎ えのきだけ				25.3
29 木	だいふくもち						小豆 砂糖 もち米		644
	ごはん 牛乳		牛乳				米		
	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	
	このやまごすんにんじんにあえ	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		にんじん ねぎ	はくさい しめじ こんにゃく ねぎ				21.4
30 金	みかんゼリー				みかん	砂糖			655
	あいのこめこいりパン 牛乳		牛乳				米粉入りパン		
	チキンシュニツツェル	鶏肉			レモン果汁 にんにく りんご	パン粉 小麦粉 でんぶん 砂糖	米油		
	ツナサラダ(わふうドレッシング)	ツナ			キャベツ コーン		ドレッシング		
	じゃがいものとうにゅうしチュー	鶏肉 ベーコン 豆乳		こまつな にんじん	玉ねぎ	じゃがいも	米油		31.4



24日(土)～30日(金)

全国学校給食週間

26日(月) おにまんじゅう

(郷土料理)

29日(木) おおぶニック学校給食米
(大府市産)

大府市のホームページでは【学校給食お勧めレシピ】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。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ます。
ぜひご覧いただき、家庭でもお試しください。



平均値

26.4

基準値

26.5

食塩相当量(g)

平均値

1.9

基準値

2.0

<今月の愛知県産の野菜・くだもの>

さといも・木の山芋・カリフラワー・キャベツ・こまつな・だいこん・チングンサイ・切り干し大根・金時にんじん
にんじん・木之山五寸にんじん・ねぎ・春菊・はくさい・プロッコリー・ほうれんそう・もやし・れんこん・なめこ・ゆず



学校給食週間中には、愛知県や大府市でとれた食材を使った料理や郷土料理、大府市と関係の深い地域の料理が登場します！お楽しみに！

26日 岩手県、広島県の料理

・青森県と岩手県との特産品を使った「さわらのなんぶふうやき」
この地方の名産であるごまを使った「さわらのなんぶふうやき」
・広島県で生産量が多いレモンを使った「はくさいとしおこんぶのレモンあえ」
・岩手県の郷土料理「ひつみじる」

27日 募集献立

・学校ごとに募集した献立を実施します。

28日 沖縄県の料理

・沖縄県で生まれた料理「タコライス」
・沖縄県で生産量の多いもずくを使った「もずくじる」

29日 大府市の食材を使った料理

・大府市の特産品を使った「このやまいもはんぺん」「このやまごすんにんじんのあえ」

30日 オーストラリアの料理

・オーストラリアで親しまれている「チキンシュニツツェル」

★木の山芋はんぺん★

・特徴
・粘りが強い。
・水分が少ない。

・青森県と岩手県の「木の山芋」

・作られている「木の山芋」

・使った、給食室で一つ

ひとつ手作りします。

★木之山五寸にんじんのあえ★

・特徴
・50年以前から作られている。

・色が濃く、甘くてやわらかい。

・「木の山芋」で作られている

・「木の山芋」を使っています。

・物資の都合により献立を変更する事がありますので、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。