

# 1月 小学校給食献立表



目標

はたら ひと かんじょう へん へん  
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	たんぱく質 (g)
8 木	ごはん 牛乳	牛乳				米		638
	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		
	だいこんとにんじんのこうはくなます	有機農業でできた だいこんを使用します。	黒豆	金時にんじん	だいこん ゆず	砂糖		25.4
9 金	ごはん 牛乳	牛乳				米		610
	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 でんぷん	ごま油	
	はるさめのちゅうかあえ	ささみ	ひじき	ほうれんそう	コーン	はるさめ 砂糖	ごま油	
	りんご				りんご			27.6
13 火	ごはん 牛乳	牛乳				米		657
	いわしのうめに	いわし		赤じそ	梅肉	砂糖 でんぷん		
	ひきずり	鶏肉 かまぼこ 豆腐		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	
	こまつなときりぼしだいこんの ごまあえ	ツナ		こまつな にんじん	切り干し大根	砂糖	ごま	29.2
14 水	むぎごはん 牛乳	牛乳				大麦 米		647
	ハンバーグのおろしソースかけ	豚肉 鶏肉			だいこん 玉ねぎ	砂糖 でんぷん		
	にんじんとれんこんのきんぴら	有機農業でできた にんじんを使用します。	ツナ	にんじん	れんこん	砂糖	ごま油 米油	
	みだくさんじる	鶏肉 生揚げ みそ		こまつな ねぎ	なめこ ねぎ	さといも		28.7
15 木	ごはん 牛乳	牛乳				米		623
	わかさぎのカレーふうみ		わかさぎ			でんぷん	米油	
	ごぼうとこうや豆腐の たまごとし	鶏肉 卵 高野豆腐 かまぼこ		にんじん ねぎ	ごぼう 玉ねぎ 干しいたけ ねぎ	砂糖 でんぷん		
	ブロッコリーのおかかあえ	かつおぶし		ブロッコリー	コーン	砂糖		29.8
16 金	むぎごはん 牛乳	牛乳				大麦 米		645
	こめこのハヤシライス	牛肉		にんじん トマト	玉ねぎ エリンギ	じゃがいも 米粉 砂糖	米油 豆乳マーガリン	
	まめまめサラダ (ごまドレッシング)	ツナ 大豆			キャベツ	赤いんげん豆 ひよこ豆 青えんどう豆	ごまドレッシング	
	いよかん				いよかん			22.2
19 月	ごはん 牛乳	牛乳				米		669
	さばのおしおやき	さば						
	にみそ	豚肉 うずら卵 生揚げ みそ		にんじん ねぎ	はくさい だいこん ねぎ こんにゃく	砂糖		
	キャベツのゆかりあえ			赤じそ	キャベツ			29.8
20 火	きしめん 牛乳	牛乳				きしめん		629
	ごもくじる	豚肉 油揚げ かまぼこ		にんじん ねぎ	玉ねぎ はくさい 干しいたけ ねぎ	でんぷん		
	ちくわのこめこいそべあげ (1・2ねん1こ、3ねん〜2こ)	ちくわ	あおのり			米粉	米油	
	しゅんぎくとささみのおひたし	ささみ		春菊	もやし コーン	砂糖		28.2
	アーモンドこざかな		かたくちいわし			砂糖	アーモンド	
21 水	むぎごはん 牛乳	牛乳				大麦 米		629
	しゅうまい(2こ)	豚肉 鶏肉 たらすり身			玉ねぎ	でんぷん パン粉 小麦粉		
	なまあげのちゅうかに	鶏肉 生揚げ		にんじん チンゲンサイ	玉ねぎ たけのこ 干しいたけ しょうが	砂糖 でんぷん	米油	
	ほうれんそうのちゅうかあえ			ほうれんそう にんじん	切り干し大根	砂糖	ごま油	26.2
22 木	ごはん 牛乳	牛乳				米		625
	にぎすフライ	にぎす				パン粉 小麦粉	米油	
	ひじきのいために	大豆 はんぺん	ひじき	にんじん	枝豆	砂糖	米油	
	ぶたじる	豚肉 豆腐 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			27.5
23 金	むぎごはん 牛乳	牛乳				大麦 米		635
	やきウインナー(2ほん)	ウインナー						
	カレー	豚肉	牛乳	にんじん	玉ねぎ	じゃがいも	米油	
	カリフラワーサラダ (にんじんドレッシング)			ブロッコリー にんじん	カリフラワー 玉ねぎ	砂糖	米油	23.4



おおちゃん  
マーク

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



ゆうき のうぎよう  
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 ひりよう 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。

がっこうきゅうしよくまい  
おおぶニック学校給食米について  
おおぶ しなひ ゆうき のうぎよう すいしん と  
大府市内の有機農業の推進に取り組む  
のうぎようしや さいばい こめ  
農業者グループが栽培した米です。



うらへつづきます

# 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		643
	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 干しいたけ	すいとん		
	おにまんじゅう					さつまいも 米粉 砂糖		
27 火	【ぼしゅうこんだて】							672
	ごはん 牛乳		牛乳			米		
	ぎゅうにくとたまねぎのすきやきふういため	牛肉			玉ねぎ こんにゃく	砂糖	米油	
	キャベツとあじのりのサラダ(きざみのり)		のり		キャベツ	砂糖	ごま	
	おやさいごロゴロみそしる	豚肉 油揚げ みそ		にんじん こまつな ねぎ	しめじ はくさい ねぎ	さといも さつまいも		
28 水	みかんクレープ	豆乳			みかん果汁	米粉 砂糖 でんぶん	油	27.5
	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 えのきたけ			
29 木	シークワサーゼリー				シークワサー果汁	砂糖		23.7
	ごはん 牛乳	おおぶニック学校給食米です。	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		にんじん ねぎ	はくさい しめじ こんにゃく ねぎ			
30 金	みかんゼリー				みかん	砂糖		21.5
	あいちのこめこいりパン 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	
	じゃがいもとうにゅうシチュー	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 土	ココアぎゅうにゅうのもと					砂糖	ココアパウダー	32.0



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	638
基準値	26.9
	640
	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・チンゲンサイ・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・ブロッコリー・ほうれんそう・もやし・れんこん・なめこ・ゆず



1月24日～30日は、全国学校給食週間です！



学校給食週間中では、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

- 青森県と岩手県にまたがる地方を昔、南部地方と呼び、  
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  
にあえ」

### 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「チキンシュニツェル」



### ★木の山芋はんぺん★

＜特ちょう＞ ・粘りが強い。 ・水分が少ない。

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にあえ★

＜特ちょう＞ ・50年以上前から作られている。  
・色が濃く、甘くてやわらかい。

「木之山地区」で作られている  
「木之山五寸にんじん」を使っ  
ています。



・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。