

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。	牛乳 ぶり 金時にんじん 黒豆				米 砂糖 餅 砂糖 砂糖	638 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 ほうれんそう	玉ねぎ ねぎ しょうが にんにく コーン	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 こまつな にんじん				米 梅肉 はくさい こんにゃく 干ししいたけ ねぎ 切り干し大根	
13	火	ごはん 牛乳 ハンバーグのおろしソースかけ 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 鶏肉 生揚げ みそ	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				大麦 米 だいこん 玉ねぎ 砂糖 でんぶん 砂糖 砂糖	657 29.2
		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				米 でんぶん 砂糖 でんぶん	
		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 干ししいたけ ねぎ	砂糖	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 こまつな ねぎ	なめこ ねぎ	さといも	ごま油 米油 砂糖	
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 ツナ 大豆				大麦 米 玉ねぎ エリンギ キャベツ	647 29.8
		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				米 じゃがいも 米粉 砂糖 赤いハルゲン豆 ひよこ豆 青えんどう豆	
		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 キャベツ		いよかん		
		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						きしめん でんぶん 米粉 砂糖 砂糖 アーモンド	
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 ねぎ 赤じそ キャベツ				米 砂糖	669 29.8
		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				きしめん 玉ねぎ はくさい 干ししいたけ ねぎ 春菊 もやし コーン かたくちいわし	
		むぎごはん 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						きしめん でんぶん 玉ねぎ 玉ねぎ たけのこ 干ししいたけ しょうが 切り干し大根	
		ごはん 牛乳 にぎすフライ ひじきのいたために ぶたじる		牛乳				米 パン粉 小麦粉 枝豆 砂糖	
21	水	むぎごはん 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				大麦 米 でんぶん パン粉 小麦粉 砂糖 でんぶん 米油	629 26.2
		ごはん 牛乳 にぎす ひじきのいたために ぶたじる						米 パン粉 小麦粉 枝豆 砂糖	
		むぎごはん 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				大麦 米 じゃがいも 米油	
		8日(木) おおぶニック学校給食米(大府市産) 有機農業でできただいこん(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) 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) 20日(火) きしめん(郷土料理)						大麦 米 パン粉 小麦粉 枝豆 砂糖	
22	木	おはん 牛乳 にぎす ひじきのいたために ぶたじる		牛乳				米 パン粉 小麦粉 枝豆 砂糖	625 27.5
		むぎごはん 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)						大麦 米 じゃがいも 米油	
		おはん 牛乳 にぎす ひじきのいたために ぶたじる						大麦 米 パン粉 小麦粉 枝豆 砂糖	
		むぎごはん 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)						米 パン粉 小麦粉 枝豆 砂糖	
23	金	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) 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) 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) 20日(火) きしめん(郷土料理)						大麦 米 パン粉 小麦粉 枝豆 砂糖	635 23.4



うらへづづきます

- 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)
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) 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)
- 20日(火) きしめん(郷土料理)



ゆうきのうぎょうでできた

「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 しのい ゆうきのうぎょう すいしん とくく
大府市内の有機農業の推進に取り組む
のうぎょうしゃ 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

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	
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			
学校 給 食 週 間	おにまんじゅう					さつまいも 米粉 砂糖			26.3
	【ぼしゅうこんだて】					米			672
	ごはん 牛乳		牛乳			玉ねぎ こんにゃく	砂糖 米油		
	ぎゅうにくとたまねぎのすきやきふういため	牛肉		のり		キャベツ	砂糖 ごま		
	キャベツとあじのりのサラダ(きざみのり)				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		27.5
28 水	おやさいゴロゴロみそしる	豚肉 油揚げ みそ				みかん果汁	米粉 砂糖 でんぶん	油	550
	みかんクレープ	豆乳							
	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		
29 木	(キャベツソテー)					キャベツ			641
	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 えのきつけ				
	シークワーサーゼリー					シークワーサー果汁	砂糖		
	ごはん 牛乳	おおぶニック学校給食米です。	牛乳				米		
30 金	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	698
	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				
	みかんゼリー				みかん		砂糖		
31 土	あいちのこめこいりパン 牛乳		牛乳				米粉入りパン		32.0
	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ゆうシチュー	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		
32 日	ココアぎゅうにゅうのもと						砂糖	ココアパウダー	638



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	26.9
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・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

ぜん こく がっ こう きゅう しょく しゅう かん

1月24日~30日は、全国学校給食週間です！

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 いなかで 岩手県、広島県の料理	あい ち けん おお ふ し しょく さい つか りょう り きょう どり うり おお ふ し
・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」	あい ち けん おお ふ し しょく さい つか りょう り きょう どり うり おお ふ し
・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」	あい ち けん おお ふ し しょく さい つか りょう り きょう どり うり おお ふ し
・岩手県の郷土料理「ひつつみじる」	あい ち けん おお ふ し しょく さい つか りょう り きょう どり うり おお ふ し

27日 いなかで 募集献立	こ ち ゃ い も ほん べん
・学校ごとに募集した献立を実施します。	

28日 いなかで 沖縄県の料理	こ の や ま こ すん
・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のもずくを使った「もずくじる」	

29日 いなかで 大府市の食材を使った料理	こ の や ま こ すん
・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 いなかで オーストラリアの料理	こ の や ま こ すん
・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★

く 特ちょう) ・粘りがつよい。・水分が少ない。

きょう わ にしあうがつこうちか こ の や ま ち く 共和西小学校近くの「木之山地区」

で作られている「木の山芋」

つか を使って、給食室で一つ
ひと 一つ手作りします。



★木之山五寸にんじんのにあえ★

く 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。