

日 曜 日	献立名	赤のグループ	緑のグループ	黄のグループ	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		おもに体をつくるものとなる食品 魚・肉・卵・豆・豆製品 牛乳・乳製品・小魚・海藻	おもに体の調子を整えるものとなる食品 色のこい野菜・その他の野菜 きのこ・果物	おもにエネルギーのもととなる食品 米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	
7 火	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	678 26.8
	根菜のみそ煮	生揚げ・とり肉・豆みそ・はんぺん けずりぶし	にんじん・れんこん・ごぼう	じゃがいも・砂糖	
	七草ごはん		七草・だいこん・だいこんの葉	ごま	
	★厚焼き卵	★鶏卵・かつおだし・こんぶだし		キャッサバでん粉・砂糖・大豆油・なたね油	
8 水	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	693 25.8
	すきやき風煮	焼き豆腐・ぶた肉	はくさい・こんにゃく・根深ねぎ・えのきたけ	生ふ・砂糖	
	ゆかりあえ		キャベツ・だいこん・もやし・にんじん しそ(粉)	砂糖	
	ぜんざい			白玉もち・砂糖・あずき	
9 木	麦ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		麦ごはん	729 25.2
	★カレーライス	ぶた肉・★チーズ・★脱脂粉乳	たまねぎ・にんじん	じゃがいも・カレールウ(★甘口・辛口)	
	チキンサラダ	とり肉(蒸)	キャベツ・にんじん・きゅうり	フレンチドレッシング	
	みかん(生)		みかん(生)		
10 金	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	663 24.9
	かしわ汁	とり肉・油揚げ・けずりぶし	はくさい・にんじん・根深ねぎ	さといも	
	和風サラダ・△和風ドレッシング	まぐろ(油漬)	キャベツ・にんじん・きゅうり	砂糖・和風ドレッシング	
	にぎすフライ・◆ウスターソース	にぎす		小麦粉・米ぬか油	
14 火	★スライスパン・★飲用牛乳	★飲用牛乳		★スライスパン	707 24.3
	★マカロニのクリーム煮	★牛乳・とり肉・ショルダーベーコン ★脱脂粉乳・★チーズ	たまねぎ・にんじん・グリンピース	マカロニ・★ベシャメルソースの素 ★生クリーム・★バター	
	フレンチサラダ		キャベツ・にんじん・きゅうり スイートコーン・レモン果汁	オリーブ油・砂糖	
	ミックスフルーツ		パインアップル・黄桃		
	メープルジャム			メープルジャム	
15 水	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	676 25.9
	★おでん	生揚げ・★うずら卵・ちくわ・けずりぶし こんぶ	だいこん・こんにゃく	さといも	
	青菜あえ		キャベツ・はくさい・もやし・にんじん 菜めし粉		
	肉みそ	ぶた肉・豆みそ		砂糖	
16 木	★ツイストパン・★飲用牛乳	★飲用牛乳		★ツイストパン	617 24.5
	大麦と野菜のスープ	とり肉・ベーコン	たまねぎ・はくさい・にんじん・パセリ	押麦・米ぬか油	
	ビーンズサラダ	大豆	キャベツ・にんじん・きゅうり	コールスロードレッシング	
	たらフライ・◆ウスターソース	大豆・すけとうだら		小麦粉・キャッサバでん粉・えごま油 米ぬか油	
17 金	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	677 24.9
	だいこんのそぼろ煮	生揚げ・ぶた肉・けずりぶし	だいこん・にんじん・しょうが	砂糖・じゃがいもでん粉	
	アーモンドあえ		キャベツ・もやし・ほうれんそう・にんじん	アーモンド・砂糖	
	わんぱくじゃこ天	ワインナー・ちりめんじゃこ	たまねぎ・にんじん・根深ねぎ	小麦粉・米ぬか油	
20 月	麦ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		麦ごはん	665 29.2
	★たまごスープ	★鶏卵・ショルダーベーコン	たまねぎ・にんじん	じゃがいもでん粉	
	キムチチャーハン	ぶた肉	たくあん漬・キムチ・にんじん・根深ねぎ	ごま油・ごま	
	えびしゅうまい	えび・すけとうだら	たまねぎ	小麦粉・じゃがいもでん粉・バーム油	
	乾燥小魚	いわし		キャッサバでん粉・砂糖	
21 火	中華めん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		中華めん	653 26.4
	みそラーメン	ぶた肉・豆みそ・米みそ	たまねぎ・にんじん・スイートコーン・にら	じゃがいもでん粉・ごま油	
	華風あえ	とり肉(蒸)	キャベツ・きゅうり・もやし・紅しょうが	砂糖・ごま油	
	黒ごまだんご			もち米・小麦でん粉・じゃがいもでん粉 砂糖・大豆油・なたね油・バーム油 ラード・カシューなツツ・ごま・米ぬか油	
22 水	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	653 24.2
	つみれ汁	つみれ・けずりぶし	はくさい・にんじん・根深ねぎ・ごぼう しょうが		
	煮あえ	油揚げ・けずりぶし・こんぶ	だいこん・にんじん・れんこん	砂糖	
	レバーとこんにゃくの甘辛煮	とり肉・とりレバー	こんにゃく	とうもろこしでん粉・じゃがいもでん粉 米ぬか油・砂糖	
23 木	★サンドイッチパンズ・★飲用牛乳	★飲用牛乳		★サンドイッチパンズ	672 28.5
	ポークビーンズ	大豆・ぶた肉・ベーコン	たまねぎ・にんじん・グリンピース	じゃがいも・砂糖	
	キャロットサラダ		にんじん・きゅうり・スイートコーン レモン果汁	オリーブ油・砂糖	
	ハンバーガー [△] 中濃ソース(バーガー用)	牛肉・とり肉・ぶた肉	たまねぎ	小麦粉・じゃがいもでん粉・砂糖・米ぬか油	
24 金	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	637 26.9
	豚汁	豆腐・ぶた肉・豆みそ・油揚げ・けずりぶし	だいこん・にんじん・ごぼう・根深ねぎ		
	はくさいの昆布あえ	こんぶ	はくさい・ほうれんそう・もやし・にんじん	砂糖	
	さばの塩焼き	さば		米ぬか油	
27 月	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	635 24.3
	豆乳のバランスみそ汁	米みそ・豆乳・油揚げ・けずりぶし	だいこん・はくさい・にんじん・根深ねぎ	じゃがいも	
	ひじきと大豆のサラダ(カレー風味)	大豆・まぐろ(油漬)・ひじき	にんじん・スイートコーン	砂糖	
	いかカツ	大豆・いか		小麦粉・とうもろこしでん粉・米ぬか油 じゃがいもでん粉・キャッサバでん粉 砂糖・大豆油・なたね油・バーム油	
	たべまるの おすすめ	全国学校 給食 週間			

日 曜 日	献立名	赤のグループ おもに体をつくるものになる食品	緑のグループ おもに体の調子を整えるものになる食品	黄のグループ おもにエネルギーのもとになる食品	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		魚・肉・卵・豆・豆製品 牛乳・乳製品・小魚・海藻	色のこい野菜・その他の野菜 きのこ・果物	米・パン・めん・いも 砂糖・菓子・油脂類・種実類	
28 火	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	650 26.6
	肉じゃが	ぶた肉	たまねぎ・しらたき・にんじん・グリンピース	じゃがいも・砂糖	
	いり大豆あえ	大豆	キャベツ・もやし・ほうれんそう・にんじん	砂糖	
	わかさぎのから揚げ	わかさぎ		じゃがいもでん粉・米ぬか油	
29 水	麦ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		麦ごはん	689 25.2
	★中華飯	★うずら卵・ぶた肉・いか	はくさい・たまねぎ・もやし・にんじん チンゲンサイ	じゃがいもでん粉	
	拌三絲（パンサンスー）		キャベツ・きゅうり・にんじん	はるさめ・砂糖・ごま油	
	春巻き	ぶた肉	にら・にんじん・キャベツ・もやし・エリンギ	小麦粉・じゃがいもでん粉・水あめ・大豆油 米ぬか油	
30 木	★米粉パン・★飲用牛乳	★飲用牛乳		★米粉パン	647 26.3
	★コーンチャウダー	★牛乳・ショルダーベーコン・★チーズ	たまねぎ・スイートコーン・にんじん・パセリ	じゃがいも・★ベシャamelソースの素 ★生クリーム・★バター	
	ツナサラダ	まぐろ（油漬）	キャベツ・きゅうり・にんじん	コールスロードレッシング	
	ワインナー	ワインナー			
31 金	ごはん・★飲用牛乳	★飲用牛乳		ごはん	651 29.1
	粕汁	豆腐・ぶた肉・米みそ・油揚げ・けずりぶし	にんじん・ごぼう・根深ねぎ	さといも	
	ほうれんそうのおひたし	いわし	キャベツ・もやし・ほうれんそう	砂糖	
	いわしの梅煮	大豆	梅干し	じゃがいもでん粉・砂糖	
	節分豆				

1月の目標「給食について知ろう」

豊田の農産物

- 米「大地の風」
…ごはん、麦ごはん、米粉パン
- 小麦「きぬあかり」
…スライスパン、ツイストパン、中華めん
- 大豆「フクユタカ」
…水煮大豆、豆腐、油揚げ
生揚げ、焼き豆腐、節分豆
- 七草
●じゃがいも
●にんじん
●キャベツ
●だいこん
●はくさい
●ほうれんそう
●はくさい…キムチ

※献立表内では太字になっています。



七草 7日(火)

昔は1月7日に、七草を神前にお供えし、おかゆなどにして食べることで、病気にならないように祈っていました。

現在でも、正月に七草がゆとして食べる習慣が残っています。

松平地区でとれた七草を使い、「七草ごはん」を実施します。

春の七草



＜今月の季節の食材＞



全国学校給食週間

24日(金)～30日(木)



日本の学校給食は、明治22年に山形県の小学校で始まったといわれています。戦争によって一時中止されていましたが、戦後、外国からの援助により、学校給食は再開されました。このことを記念して、「全国学校給食週間」が定めされました。

たべまるのおすす

今月は、27日(月)の【ひじきと大豆のサラダ(カレー風味)】まる。作り方や写真は、豊田市ホームページのトップページ「クックパッド公式キッチン」をクリックするまる。レシピの検索画面に「たべまる給食」と入れるとすぐに見つかるまる。



たべまる給食 検索



▲豊田市クックパッド公式キッチンはこちらから

鏡開き



2月2日は「節分」



せんざい 8日(水)

1月11日は、「鏡開き」です。

鏡開きは、鏡わりともいわれています。健やかで幸多い1年になりますようにと無病息災を願います。

節分は「立春」の前日、冬から春へ季節を分ける節目の日です。

31日(金)に「節分献立」を実施します。

- ・いわしの梅煮
- ・節分豆（豊田市産大豆）



とよた給食ニュース

「とよた給食ニュース1月号」を9日(木)に配信します。左のイラストをタップし、「令和7年1月号」を選択すると見ることができます。

※天候など、やむを得ない事情により、産地や献立が変更される場合があります。
※牛乳の表記については、2種類になります。毎日つく「飲用牛乳」と調理に使用する「牛乳」です。
飲用牛乳とは200mLパック入りの牛乳です。

※★は乳又は卵を含みます。
※食物アレルギーの原因食品の使用については「食物アレルギー原因食品一覧表」で御確認ください。
※献立名にある△◆のついたドレッシング・ソースは、学級で配膳する時に使用します。