

令和6年 1月分 小学校給食献立予定表



一宮市教育委員会学校給食課
一宮市立〇〇小学校

日 曜	献立名	赤：おもにからだをつくるものになる	緑：おもにからだのちょうしをととのえる	黄：おもにエネルギーのもとになる	アレルギー義務表示 卵 乳 小麦 大豆 鶏卵 魚 小麦 卵 小麦	中学年量を掲載	
		さかな・にく・たまご・だいず ぎゅうにゅう・かいそう	やさい・くだもの・きのこ	ごはん・パン・めん・いも さとう・あぶら		エネルギー (kcal)	たんぱく 質 (g)
10 水	ごはん			こめ		642	24.8
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳		
	ぶりのごまみそがけ	ぶり・みそ		あぶら・ごま・さとう・でんぷん			
	にしめ		ごぼう・れんこん・こんにやく さやいんげん・ほししいたけ	さとう・あぶら			
	おばあちゃんのあじ! かんとうふうおどろに	とりにく・かつおけすりぶし あおのり	だいこん・にんじん・はくさい	さといも・もち			
11 木	むぎごはん			こめ・おおむぎ		609	20.7
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳		
	やきにくやさしいため	ぎゅうにく	キャベツ・たまねぎ・にら・あかパプリカ にんにく・しょうが	さとう・ごまあぶら			
	フライドポテト			じゃがいも・あぶら			
	ちゅうかはるさめスープ	ベーコン	チンゲンサイ・もやし・にんじん たけのこ	はるさめ			
12 金	クロスロールパン			クロスロールパン	小麦・乳	627	20.2
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳		
	ニョッキのトマトにこみ	ウインナー	たまねぎ・にんじん・キャベツ・しめじ トマト	ニョッキ・オリーブあぶら さとう	小麦		
	イタリアンサラダ	ツナ	ロマネスコ・カリフラワー	ドレッシング			
	レモンパンナコッタ	とうにゅう	レモン	さとう・はちみつ			
15 月	ごはん			ごはん		623	25.1
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳		
	みぞれハンバーグ	とりにく・ぶたにく	だいこん・たまねぎ	ラード・でんぷん・さとう あぶら			
	きりほしだいこんのごまいため	とりにく	きりほしだいこん・こまつな	ごま・さとう・ごまあぶら			
	だいこんのみそしる	なまあげ・わかめ・みそ	だいこん・たまねぎ・にんじん えのきたけ・ねぎ				
16 火	チキンピラフ	とりにく	にんじん・えだまめ	こめ・あぶら		656	21.6
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳		
	シーフードクリームシチュー	えび・いか・ぎゅうにゅう スキムミルク	たまねぎ・マッシュルーム・エリンギ ブロッコリー	じゃがいも・こめこホワイトルウ	乳・えび		
	こめこマカロニサラダ	ツナ	キャベツ・とうもろこし	こめこマカロニ ノンエッグマヨネーズ			
17 水	ソフトめん			ソフトめん	小麦	634	24.9
	ちゃんぽんふうソフトめん(しる)	ぶたにく・なると	にんじん・キャベツ・たまねぎ・にら にんにく				
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳		
	あげぎょうざ・2こ	ぶたにく	キャベツ・たまねぎ・にんにく	ごまあぶら・こむぎこ・あぶら	小麦		
	ナムル		もやし・チンゲンサイ	さとう・ごまあぶら			
18 木	ごはん			こめ		652	26.0
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳		
	にしんのこうみだれ	にしん	ねぎ・しょうが・にんにく	でんぷん・さとう・あぶら			
	ごまのりあえ	のり	こまつな・はくさい	さとう・ごま			
	ごじる	とりにく・とうふ・だいず とうにゅう・みそ	にんじん・しめじ	さつまいも			
	みかん		みかん				
19 金	むぎごはん			こめ・おおむぎ		641	21.0
	ビーフカレー	ぎゅうにく	たまねぎ・にんじん・グリーンピース トマト・しょうが・にんにく	じゃがいも・あぶら・カレールウ	小麦		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳		
	オムレツ	たまご		さとう・あぶら	卵		
	やさいのあまみたっぷりサラダ		ブロッコリー・キャベツ・とうもろこし	ドレッシング			

12日(金) イタリアの日

一宮市は、2013年からイタリアのトレヴィーゾ市と友好都市提携を結んでいて「せんい・ファッション」をキーワードに交流してきました。

それにちなんで、12日(金)はイタリア料理の「ニョッキのトマト煮込み」が登場します。

ニョッキとは、じゃがいもと小麦粉を練って作る団子状の pasta です。デザートには、イタリアで栽培が盛んな果物である、レモンが入った「レモンパンナコッタ」が登場します。この日は給食を味わって、イタリアの食文化に親しみましょう。



応募献立

10日(水)の「おばあちゃんの味! 関東風おどろに」は、黒田小学校の児童が考えてくれた応募献立です。

かつお節と青のりを合わせてかけるのが、東京のおばあちゃんの家のごちそうです。香りがよく、おいしいので、味わいながら食べてください。

毎月19日は「食育の日」です。食について家族でも話し合ってみましょう！



令和6年 1月分 小学校給食献立予定表



一宮市教育委員会学校給食課
一宮市立〇〇小学校

日 曜	献立名	赤	緑	黄	アレルギー義務表示 卵 乳 小麦 えび かに そば 落花生	中学年量を掲載		
		おもにからだをつくるものになる さかな・にく・たまご・だいず ぎゅうにゅう・かいそう	おもにからだのちょうしをととのえる やさい・くだもの・きのこ	おもにエネルギーのもとになる ごはん・パン・めん・いも さとう・あぶら		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	
22月	ごはん			こめ		乳	678	27.2
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう						
	さばのしおこうじやき	さば		こめこ・オリーブあぶら・あぶら				
	だいずのいそに	とりにく・ひじき・だいず	れんこん	さとう・あぶら				
	さわにわん	ふたにく	にんじん・ごぼう・たけのこ・だいこん こんにゃく・ねぎ					
23火	こがたロールパン			こがたロールパン	小麦・乳	乳	600	26.0
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう						
	やきそば	ふたにく・いか・あおのり	キャベツ・にんじん・ピーマン・しょうが	やきそばめん・あぶら	小麦			
	はなやさいサラダ	とりにく	ブロッコリー・カリフラワー とうもろこし	ノンエッグマヨネーズ				
	ココアパウダー			ココアパウダー				
24水	ごはん			こめ		乳	646	21.6
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう						
	あいちのれんこんコロッケ		れんこん・にんじん	じゃがいも・パンこ・ごむぎこ こめこ・あぶら	小麦			
	あかじそあえ		はくさい・もやし・あかじそ					
	にみそ	ふたにく・ちくわ・だいず・みそ	だいこん・にんじん・こんにゃく	さといも・さとう				
25木	ごはん			こめ		乳	625	25.7
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう						
	たらとやさいのごまがらめ	たら	かぼちゃ・たまねぎ・えだまめ	でんぷん・あぶら・さとう・ごま				
	もりぐちだいこんのあさづけ		だいこん	さとう				
	すいとんじる	とりにく・あぶらあげ	にんじん・ほうれんそう・ねぎ ほししいたけ	すいとん	小麦			
26金	ごはん			こめ		乳	626	22.4
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう						
	いちのみやのマーボーなす	ふたにく・みそ	なす・たまねぎ・にんじん ピーマン	じゃがいも・あぶら・さとう でんぷん				
	ちゅうかサラダ	とりにく	こまつな・きゅうり	さとう・ごまあぶら				
	うきうきエッグスープ	たまご	とうもろこし・きくらげ・チンゲンサイ はくさい・ねぎ	でんぷん	卵			
29月	かきまわし	とりにく・あぶらあげ	ほししいたけ・にんじん・ごぼう	こめ・さとう		乳	591	25.3
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう						
	あゆのからあげ	あゆ		こめこ・でんぷん・あぶら				
	あいちのブロッコリーあえ		ブロッコリー・もやし	ドレッシング				
	あいちのアカモクつみれじる	アカモクつみれ・とうふ	こまつな・ねぎ	さといも				
30火	きしめん			きしめん	小麦	乳	630	22.9
	きしめん(しる)	とりにく・かまぼこ・あぶらあげ	にんじん・はくさい・ねぎ・ほししいたけ					
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう						
	ごへいもち	みそ		こめ・あぶら・ごま・さとう				
	こんぶあえ	こんぶ	だいこん・きゅうり					
31水	ごはん			こめ		乳	647	16.7
	ハヤシライス	ぎゅうにく	たまねぎ・にんじん・グリーンピース トマト・しめじ	じゃがいも・ハヤシルウ・あぶら	小麦			
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう						
	あいちのいちごヨーグルトあえ	ヨーグルト・なまクリーム	いちご・パインアップル・ナタデココ	いちごゼリー・さとう	乳			

◆お知らせ◆

- 一宮市の給食では「そば・落花生」は、使用していません。
- 10日、11日、15日、18日、22日、29日のおかずの原材料には「乳・卵・小麦・えび・かに」を含んでいません。ただし、調味料に含まれる場合があります。
- 献立予定表には主な材料のみ記載しています。食物アレルギー情報の詳細については、栄養教諭・栄養士にお問い合わせください。
- 都合により献立が変更になる場合があります。

★給食レシピ紹介★

一宮市では、学校給食課のウェブページに「好評献立」を掲載しています。給食の味を家庭でも再現できるように、分量や作り方が分かるようになっています。



24日(水)～30日(火)は

全国学校給食週間です！

全国学校給食週間には、みなさんに知ってほしい・食べてほしい

愛知県や一宮市の食材と郷土料理が登場します。郷土料理とは、その地域の特産物などを使い、昔から食べられてきた料理のことです。

全国学校給食週間中、愛知県や一宮市の食材とその献立名は太字になっています。

また年間を通して、牛乳は愛知県産、米は一宮市・稲沢市産の「あいちのかおり」です。