



日曜日	曜日	献立名	赤のグループ 主に体をつくるもとになる食品 魚・肉・卵・豆・豆製品 牛乳・乳製品・骨ごと食べられる小魚・海藻	緑のグループ 主に体の調子を整えるもとになる食品 色のこい野菜 その他の野菜・きのこ・果物	黄のグループ 主にエネルギーのもとになる食品 米・パン・めん・いも・砂糖・菓子 油脂類・種実類	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
7	水	七草ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳	七草・だいこん・だいこんの葉	ごはん・ごま	690 28. 8
		豆腐しんじょ	大豆・いとうりだい・すけとうだら	かぼちゃ・にんじん・たまねぎ・えだまめ	やまいも・キャッサバでん粉・なたね油	
		根菜のみそ煮	とり肉・うずら卵・豆みそ・けずりぶし	にんじん・れんこん・こんにゃく・ごぼう	じゃがいも・砂糖	
		乾燥小魚	いわし		砂糖・水あめ	
8	木	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	658 26. 1
		タコライス	ぶた肉	たまねぎ・トマト・にんじん・にんにく	米ぬか油	
		タコライスの野菜（チーズ入り）	チーズ	キャベツ・きゅうり		
		コンソメスープ	ウインナー	にんじん・たまねぎ	じゃがいも	
9	金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	648 24. 7
		にぎすフライ・◆中濃ソース	にぎす		小麦粉・米ぬか油	
		ゆかりあえ		キャベツ・もやし・にんじん・しそ（粉）		
		雑煮	とり肉・かまぼこ・けずりぶし	にんじん・こまつな・えのきたけ	白玉もち	
13	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	651 30. 8
		いわしの梅煮	いわし	梅干し	じゃがいもでん粉・砂糖	
		花野菜のおかかあえ	かつお節	ブロッコリー・カリフラワー・スイートコーン	砂糖	
		豆腐の卵とじ	豆腐・鶏卵・ぶた肉・けずりぶし	たまねぎ・はくさい・にんじん・しいたけ	砂糖	
14	水	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	757 27. 1
		チキンキーマカレー	とり肉・大豆・ヨーグルト・チーズ	たまねぎ・にんじん・パセリ	カレールウ（甘口）・米ぬか油	
		たらフライ Aichi-Nagoya 2026	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	
		アチャール		キャベツ・たまねぎ・にんじん・レモン果汁	オリーブ油・砂糖	
		マンゴーゼリー			マンゴーゼリー	
15	木	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	675 23. 7
		油淋鶏（ユーリンチー）	とり肉	葉ねぎ・しょうが	じゃがいもでん粉・米ぬか油・砂糖・ごま油	
		春雨サラダ	まぐろ（油漬）	キャベツ・チンゲンサイ・スイートコーン	はるさめ・ごま・砂糖	
		わかめスープ	豆腐・かまぼこ・わかめ	たまねぎ・にんじん	じゃがいもでん粉	
16	金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	652 27. 9
		納豆巻き	納豆・チーズ	パセリ	砂糖	
		ごま酢あえ		はくさい・もやし・にんじん	砂糖・ごま	
		肉じゃが	ぶた肉	たまねぎ・こんにゃく・にんじん さやいんげん	じゃがいも・砂糖	
		手巻きのり	のり			
19	月	米粉パン・飲用牛乳	飲用牛乳		米粉パン	637 26. 4
		あじフリッター	あじ・おきあみ・あおさ		小麦粉・とうもろこしでん粉・米粉・砂糖 大豆油・米ぬか油	
		コールスローサラダ	まぐろ（油漬）	キャベツ・にんじん・きゅうり	コールスロードレッシング	
		トマトスープ	とり肉	トマト・かぶ・たまねぎ・はくさい にんじん・パセリ		
		コーヒー牛乳の素			コーヒー牛乳の素	
20	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	681 31. 2
		ハンバーグのみぞれソースかけ	大豆・とり肉・ぶた肉	たまねぎ・だいこん	とうもろこしでん粉・キャッサバでん粉・砂糖 なたね油・パーム油・ラード・ひまわり油	
		えびと高野豆腐のうま煮	えび・とり肉・凍り豆腐・ちくわ・けずりぶし	たまねぎ・にんじん	砂糖・じゃがいもでん粉	
		みかん（生）		みかん（生）		
21	水	麦ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		麦ごはん	646 28. 3
		ツナそぼろ丼	まぐろ（油漬）	スイートコーン・さやいんげん	砂糖・ごま	
		ひじきサラダ	大豆・とり肉・ひじき	にんじん・えだまめ	和風ドレッシング	
		具だくさんみそ汁	ぶた肉・ミックスみそ・けずりぶし	はくさい・だいこん・にんじん・葉ねぎ えのきたけ	さといも	
22	木	中華めん・飲用牛乳	飲用牛乳		中華めん	669 26. 5
		とんこつラーメン	ぶた肉・かまぼこ	たまねぎ・はくさい・にんじん・根深ねぎ しょうが・にんにく	じゃがいもでん粉	
		揚げぎょうざ	ぶた肉	キャベツ・しょうが・たまねぎ	小麦粉・砂糖・なたね油・米ぬか油	
		ハムサラダ	ハム	キャベツ・チンゲンサイ・にんじん	マヨネーズ風ドレッシング	
		◇マヨネーズ風ドレッシング				
23	金	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	644 26. 3
		レバーとじゃがいもの甘辛煮	とり肉・とりレバー		とうもろこしでん粉・じゃがいも じゃがいもでん粉・米ぬか油・砂糖	
		おひたし	かつお節	はくさい・もやし・スイートコーン	砂糖	
		つみれ汁	つみれ・豆みそ・けずりぶし	だいこん・にんじん・ごぼう・根深ねぎ		
26	月	ツイストパン・飲用牛乳	飲用牛乳		ツイストパン	671 24. 1
		野菜入りしゅうまい	大豆・とり肉・ぶた肉	にんじん・ほうれんそう・たまねぎ スイートコーン	小麦粉・砂糖・ラード	
		炒めビーフン	ぶた肉	キャベツ・にんじん・たまねぎ・さやいんげん	ビーフン・砂糖・米ぬか油	
		フルーツミックス		パインアップル・みかん・黄桃		
27	火	ごはん・飲用牛乳	飲用牛乳		ごはん	650 27. 6
		さばの塩焼き	さば			
		たくあんあえ		キャベツ・たくあん漬・きゅうり	ごま	
		豚汁	豆腐・ぶた肉・豆みそ・油揚げ・けずりぶし	だいこん・こんにゃく・にんじん・ごぼう 根深ねぎ		
		味付けのり	味付けのり			

全国
学校給食
週間

日曜日	曜日	献立名	赤のグループ 主に体をつくるものになる食品		緑のグループ 主に体の調子を整えるものになる食品		黄のグループ 主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・骨ごと食べられる小魚・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	水	ごはん・飲用牛乳	全国 学校給食週 間	飲用牛乳			ごはん	693 25.7	
		ヒレカツ・◆中濃ソース		ぶた肉			小麦粉・米粉・とうもろこしでん粉・米ぬか油		
		こんにゃくのきんぴら		とり肉	こんにゃく・にんじん・ごぼう	砂糖・ごま・ごま油			
		すいとん <div>群馬県郷土料理</div>		油揚げ・けずりぶし	だいこん・にんじん・はくさい・葉ねぎ しいたけ	すいとん・さといも			
29	木	鶏めし・飲用牛乳	全国 学校給食週 間	飲用牛乳・とり肉・油揚げ	にんじん・しいたけ	麦ごはん・砂糖	675 28.6		
		厚焼き卵		かつお・鶏卵・かつおだし		キャッサバでん粉・砂糖・なたね油・パーム油			
		八杯汁 <div>愛知県郷土料理</div>		豆腐・けずりぶし・こんぶ	だいこん・にんじん・ごぼう・根深ねぎ	じゃがいもでん粉			
		ヨーグルト		ヨーグルト					
30	金	ごはん・飲用牛乳	全国 学校給食週 間	飲用牛乳			ごはん	660 23.1	
		かつおのミンチカツ		かつお	しょうが・たまねぎ	小麦粉・キャッサバでん粉・砂糖・大豆油 米ぬか油			
		切干しだいこんサラダ ◇マヨネーズ風ドレッシング		ハム	キャベツ・ほうれんそう・切干しだいこん スイートコーン・レモン果汁	砂糖・ごま油・マヨネーズ風ドレッシング			
		さつま汁 <div>鹿児島県郷土料理</div>		とり肉・米みそ	だいこん・こんにゃく・にんじん・ごぼう 葉ねぎ・しいたけ	さといも			

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」
…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、納豆
豆みそ

●七草

WE LOVE 豊田



七 草

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、病気になる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。

春の七草

せり

なずな

ごぎょう

はこべら

ほとけのざ

すずな

すずしろ

松平地区でとれた七草を使い、
7日（水）に「七草ごはん」を実施します。

＜今月の季節の食材＞

さば

みかん

だいこん

ほうれんそう


はくさい

アジア・フレンドシップ給食

2026年に愛知県の各地でアジア・アジアパラ競技大会が開催されます。給食では参加国にちなんだ献立を実施します。

第1回アジア競技大会開催国であるインドにちなんだ献立です。

インドの国旗




14日（水）に
実施します

・チキンキーマカレー

・アチャール

・マンゴーゼリー

第20回アジア競技大会マスコット
ホノホン



全国学校給食週間 24日（土）～30日（金）

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**」が定められました。

たべまるのおすすめ

今月は、21日（水）の【ツナそぼろ丼】まる。


作り方や写真は、下の二次元コードを読み込むか、たべまるをタップして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



※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。

※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。

足助給食センター ●安全・安心・おいしい給食をお届けします●