

2026年 1月 9日(金)

[illegible]

# お正月料理について

## おせち料理

おせち料理とは、季節の節目に作られる料理で、  
現在ではその中で最も重要なお正月のことをさすようになりました。  
おせち料理の一つ一つには、それぞれ願いがこめられており、  
これから始まる1年がすばらしい年になるように祈ります。

きんとん

きんとんは金色の団子の  
ことで金運アップを  
願っています。

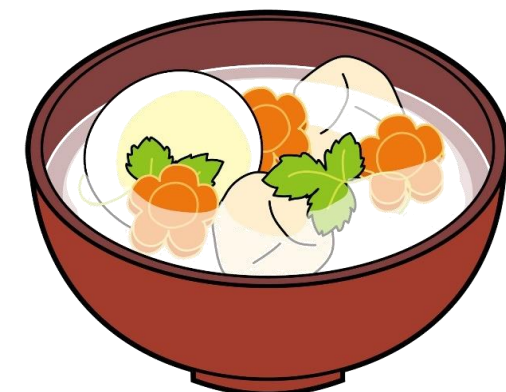
## 田作り（ごまめ）

いわしの肥料をまいた  
田んぼが豊作だった  
ことから豊作を  
願っています。



おぞう煮

昔からおもちは、めでたい時「ハレの日」に食べられていました。  
鏡もちにして年神様をお迎えし、地域でとれた食材を使って  
おぞう煮にして食べます。具は地域によって色々です。  
おもちも地域によって丸かったり、四角かったり、あんこが入っていた  
りと様々です。



令和7年度  
1月こんだてひょう

1月の給食月目標  
給食に使われている食材を知ろう！

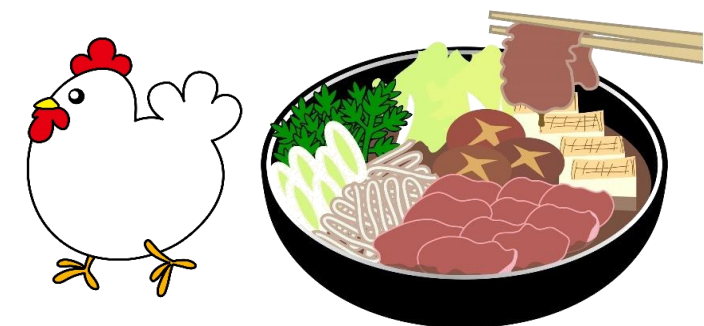
2026年 1月13日(火) 2026年 1月14日(水) 2026年 1月15日(木) 2026年 1月16日(金)

献立名/材料/栄養量	献立名/材料/栄養量	献立名/材料/栄養量	献立名/材料/栄養量
【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)	【牛乳】 牛乳 1本 (137kcal)
【黒糖パン】 黒糖パン 1個 (小3まで小203kcal/小4から大308kcal)	【ごはん(健康米)】 金賞健康米 (211/276/325kcal)	【食パン】 食パン 1個 (小3まで小184kcal/小4から大279kcal)	【ごはん】 精白米 (211/276/325kcal)
【カレービーンズ】 蒸し大豆 豚ひき肉 にんにく メークイン にんじん 玉葱 マッシュルーム煮 トマトピューレ 菜種サラダ油 カレー粉 米粉カレールウ トマトケチャップ 濃厚ソース 白いんげん豆ピューレ 豆乳クリーム とりがらスープ ワイン風調味料 白こしょう 食塩 上白糖 (135/177/208kcal)	【豚肉のごまみそ炒め】 豚モモ肉 れんこん 玉葱 にんじん 青ピーマン 菜種サラダ油 ごま(ねり) 上白糖 清酒 米みそ こいくちしょうゆ ごま(いり) (108/141/166kcal)	【白身魚のフライ】 白糸だら 白こしょう 薄力粉(バイオレット)  パン粉(中目) 菜種白絞油 トマトケチャップ エッグケアマヨネーズ 濃厚ソース 上白糖 ワイン風調味料 1切(194kcal)	【ひきずり(鶏すき焼き風)】 鶏モモ肉 はくさい にんじん 白ねぎ しらたき 焼きとうふ おつゆ麩 菜種サラダ油 食塩 清酒 こいくちしょうゆ 中ざら糖 本みりん (130/170/200kcal)
【ごぼうの甘辛揚げ】 ごぼう かたくり粉 薄力粉(バイオレット) 菜種白絞油 上白糖 こいくちしょうゆ ごま(いり) (小60まで47kcal/中から71kcal)	【わかめスープ】 ショルダーベーコン 乾燥わかめ 絹ごしとうふ にんじん だいこん もやし とりがらスープ うすくちしょうゆ 白こしょう 食塩 かたくり粉 ごま油 (36/47/55kcal)	【キャベツソテー】 ショルダーベーコン キャベツ オリーブ油 食塩 白こしょう (小6まで13kcal/中1から19kcal)	【ポテトの炒め物】 酵母入りウィンナー メークイン 玉葱 食塩 白こしょう オリーブ油 (51/67/79kcal)
【茹でブロッコリー】 ブロッコリー 食塩 (6/8/9kcal)	【ひじきふりかけ】 芽ひじき 大豆の華 ごま(いり) 上白糖 こいくちしょうゆ 本みりん かつお昆布だし (22kcal)	【コンソメスープ】 鶏モモ肉 メークイン にんじん 玉葱 マッシュルーム煮 セロリー とりがらスープ 食塩 白こしょう 本みりん うすくちしょうゆ (40/52/61kcal)	【味付けのり】 味付けのり 1袋(9kcal)
	【ぶどうゼリー】 ぶどうゼリー 1個(51kcal)		
(528/677/722kcal)	(565/674/745kcal)	(568/675/676kcal)	(538/659/739kcal)

日本の郷土料理  
を知ろう  
-愛知県-  
「ひきずり」

愛知県ではすき焼きのことを「ひきずり」と呼ぶそうです。すき焼きなべの上で肉をひきずるようにして食べたことから、「ひきずり」と呼ばれるようになりました。

すき焼きには牛肉を使いますが、愛知県ではニワトリの飼育がさかんなので、とり肉が使われます。





令和7年度  
1月こんだてひょう

1月の給食月目標  
きゅう しよく つか しよくざい し  
給食に使われている食材を知ろう！

2026年 1月19日(月) 2026年 1月20日(火) 2026年 1月21日(水) 2026年 1月22日(木) 2026年 1月23日(金)

学校給食週間

19日(月)から23日(金)は学校給食週間です。児童生徒のリクエストによる献立となっています



献立名/材料/栄養量	献立名/材料/栄養量	献立名/材料/栄養量	献立名/材料/栄養量	献立名/材料/栄養量
ぎゅうにゅう 【牛乳】	ぎゅうにゅう 【牛乳】	ぎゅうにゅう 【牛乳】	ぎゅうにゅう 【牛乳】	りんごじゅーす 【りんごジュース】
牛乳 1本 (137kcal)	牛乳 1本 (137kcal)	牛乳 1本 (137kcal)	牛乳 1本 (137kcal)	リンゴジュース 1本 (94kcal)
みーとすばげてい 【ミートスパゲティ】	けんこまい 【ごはん(健康米)】	けんこまい 【ごはん(健康米)】	そーす 【ソースやきそば】	けんこまい 【ごはん(健康米)】
カットスパゲティ	金賞健康米	金賞健康米	焼きそば用中華めん	金賞健康米
牛ひき肉	(211/276/325kcal)	(211/276/325kcal)	豚モモ肉	(211/276/325kcal)
豚ひき肉	はんばーぐ 【ハンバーグ】	とり 【鶏のから揚げ】	まめプラスミート	みーとぼーるのかれーるう 【ミートボールのカレールウ】
まめプラスミート	豚ひき肉	鶏モモ肉	キャベツ	鉄腕ミートボール
にんにく	牛ひき肉	食塩	にんじん	にんにく
にんじん	玉葱	清酒	玉葱	しょうが
玉葱	にんじん	こいくちしょうゆ	もやし	菜種サラダ油
マッシュルーム煮	豆乳クリーム	しょうが	にら	カレー粉
オリーブ油	パン粉	かたくり粉	菜種サラダ油	玉葱
トマトケチャップ	まめプラスミート	上新粉	白こしょう	にんじん
トマトピューレ	食塩	菜種白絞油	清酒	エリンギ
濃厚ソース	白こしょう	(小3まで2個164kcal/小4から3個248kcal)	濃厚ソース	ソテーオニオン
とりがらスープ	ナツメグパウダー	【さつまいものみそ汁】	ウスターソース	焙煎小麦粉
食塩	マッシュルーム煮	さつまいも	(273/346/402kcal)	有塩バター
白こしょう	濃厚ソース	うすあげ	【かつお節(個包装)】	菜種サラダ油
ワイン風調味料	トマトケチャップ	にんじん	かつお加工品(かつお節)	カレー粉
上白糖	デミグラスソース	だいこん	1袋(5kcal)	
(278/363/427kcal)	上白糖	白ねぎ	【中華スープ】	食塩
【粉チーズ(個包装)】	ワイン風調味料	かつお宗田節(だし用)	ちゅうかすーぶ 【中華スープ】	白こしょう
パルメザンチーズ(個包装)	(小3まで小111kcal/小4から大222kcal)	こんぶ(だし用)	絹厚揚げ	トマトピューレ
1袋(15kcal)	えびーしーまかるにすーぶ 【ABCマカロニスープ】	麦みそ	チンゲン菜	ウスターソース
【レタススープ】	アルファベットマカロニ	(67/88/103kcal)	にんじん	とりがらスープ
鶏モモ肉	酵母入りウィンナー	【のり佃煮】	玉葱	白いんげん豆ピューレ
レタス	にんじん	焼きのり	しょうが	りんごピューレ
メイクイン	玉葱	上白糖	とりがらスープ	豆乳クリーム
にんじん	キャベツ	清酒	うすくちしょうゆ	(144/188/221kcal)
玉葱	セロリー	こいくちしょうゆ	白こしょう	【ジャーマンポテト】
とりがらスープ	とりがらスープ	本みりん	食塩	ショルダーベーコン
食塩	食塩	かつお昆布だし	本みりん	メイクイン
白こしょう	白こしょう	(16kcal)	かたくり粉	玉葱
本みりん	本みりん	【プリン(豆乳)】	ごま油	スイートコーン煮
うすくちしょうゆ	うすくちしょうゆ	ぶりんとうにゅう 【プリン(豆乳)】	(51/66/78kcal)	食塩
かたくり粉	(50/65/77kcal)	とろけるプリン(豆乳)	【麩のラスク】	白こしょう
(38/50/59kcal)	あじっ 【味付けのり】	1個(77kcal)	おつゆ麩	オリーブ油
【人参ドーナツ】	味付けのり		グラニュー糖	(39/51/60kcal)
絹ごしとうふ	1袋(9kcal)		有塩バター	
ホットケーキミックス	【みかん 1個】		(71/93/109kcal)	
にんじんペースト	温州蜜柑(普通、生)			
粉糖	1個(34kcal)			
菜種白絞油				
1個(136kcal)				
(604/701/763kcal)	(552/743/793kcal)	(672/842/895kcal)	(537/647/720kcal)	(488/609/700kcal)

※エネルギーの表示は小学部1-3年/小学部4-6年/中学部・高等部の順になっています。  
※都合により食材を変更することがあります

# 1月の給食月目標

## 給食に使われている食材を知ろう！

2026年 1月31日(土)

**給食で  
世界を巡ろう!**

## ロシア編


『ビーフストロガノフ』

ロシア人のストロガノフ  
伯爵につかえるコックさ  
んが考案したと言われ、  
牛肉とサワークリームを  
使った煮込み料理です。

給食ではサワークリーム  
のかわりに生クリームを  
使います。

『ロシア風ポテトサラダ』

ピクルス入りのポテトサ  
ラダです。



※エネルギーの表示は小学部1-3年/小学部4-6年/中学部・高等部の順になっています。  
※都合により食材を変更することがあります