令和　７　年度　１　月　学校給食献立表

岩倉市学校給食センター「ゆめミール」

※この献立表は、すべての食材を記載しているものではありません。食物アレルギーに関わる食材は、詳細な献立別アレルギー表示一覧表および使用物資一覧でご確認ください。

日付	曜日	献立名	おもにからだをつくるもとになるもの（あか）		おもにからだのちょうしをととのえるもとになるもの（みどり）		おもにエネルギーのもとになるもの（きいろ）	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群
			肉・魚・卵・大豆・大豆製品	乳・乳製品 小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・きのこ・果物　など	穀類・いも類・砂糖　など	油脂・種実
8	木	◆新年お祝い献立◆						
		ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		いわしのうめに	いわし			うめ	でんぷん さとう	
		こうはくなます			にんじん	だいこん	さとう	
		あいちのぞうに	**なごやコーチン**		にんじん	かぶ　はくさい　**ねぎ**　しいたけ	こめ	
		★りんごゼリー				りんご	さとう	
9	金	◆受験 応援 献立◆						
		むぎごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ　むぎ	
		てづくりチキンカツ	とりにく			にんにく	こむぎこ　パンこ	あぶら
		かおりあえ			しそ	もやし　きゅうり		
		こんこんカレー	ぶたにく		にんじん	だいこん　れんこん　たまねぎ　にんにく　しょうが	じゃがいも　カレールウ	あぶら
		キャラメルぎゅうにゅうのもと					さとう	
13	火	クロワッサン　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			クロワッサン	
		ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞｹﾁｬｯﾌﾟｿｰｽかけ	とりにく　ぶたにく			たまねぎ	でんぷん　さとう　じゃがいも	あぶら
		キャロットサラダ	ツナ		にんじん	たまねぎ	さとう	あぶら　オリーブオイル
		コーンポタージュ		ぎゅうにゅう　なまクリーム		とうもろこし　クリームコーン　たまねぎ	でんぷん	あぶら
14	水	◆国際理解の日　ベトナム◆						
		ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		なまあげととりにくのあまからに	なまあげ　とりにく				さとう　でんぷん	
		きりぼしだいこんのごまずあえ			にんじん	きりぼしだいこん　きゅうり	さとう	ごま
		フォー・ガー	とりにく			たまねぎ　**ねぎ**　はくさい	こめ　でんぷん	
		バナナチップス				バナナ	さとう	
15	木	ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		かきあげ			にんじん	たまねぎ	さつまいも　こむぎこ　でんぷん	あぶら
		しおこんぶあえ		しおこんぶ		もやし　きゅうり		
		こうやどうふのたまごとじ	とりにく　たまご　かまぼこ　こうやどうふ		にんじん　さやいんげん	たまねぎ		
		あじつけのり		のり				
16	金	ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		ハッシュドポーク	ぶたにく		にんじん　トマト	たまねぎ　グリンピース	じゃがいも　ハヤシルウ	あぶら
		はなやさいサラダ	ツナ		ブロッコリー	カリフラワー　キャベツ　とうもろこし		ごまドレッシング
		★ヨーグルト		ヨーグルト				
19	月	ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		ポテトコロッケ	だいず		にんじん　かぼちゃ	たまねぎ　えだまめ	じゃがいも　パンこ　こむぎこ　でんぷん	あぶら
		ほねをげんきに！ｶﾙｼｳﾑふりかけ		しらすぼし　ひじき	こまつな	**ねぎ**	さとう	ごま　あぶら
		とんじる	ぶたにく　とうふ　みそ		にんじん	ごぼう　だいこん　**ねぎ**	さといも	
20	火	あいちのﾂｲｽﾄﾊﾟﾝ　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			あいちのツイストパン	
		ひとくちさわらのﾏﾘﾈｿｰｽ	さわら			レモン　たまねぎ	さとう　でんぷん	
		まめまめサラダ	だいず			えだまめ　キャベツ		ドレッシング
		クリームシチュー	とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ　しめじ　はくさい	じゃがいも　こむぎこ	バター
		かんそうどうふ	きなこ　とうふ				もちごめ　でんぷん　さとう　こむぎこ	あぶら
21	水	ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		さばのこうみやき	さば			しょうが		ごま
		ひじきのあえもの		ひじき	こまつな	キャベツ		
		い～わくんのけんこうみそしる	とりにく　とうふ　みそ	わかめ		はくさい　だいこん　**ねぎ**　しめじ		
		★カスタードプリン	たまご	ぎゅうにゅう			さとう	
22	木	ソフトめん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ソフトめん	
		ミートソース	ぶたにく　だいず		にんじん　トマト	たまねぎ　グリンピース	ハヤシルウ　さとう	
		だいずナゲット（小2こ　中3こ）	とりにく　だいず　きなこ		にんじん	にんにく	さとう　でんぷん	あぶら
		ツナサラダ	ツナ		にんじん	とうもろこし　キャベツ　たまねぎ　レモン	さとう	オリーブオイル
23	金	◆お魚チャレンジデー「ぶり」◆						
		ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		ぶりのあげてり	ぶり				でんぷん　さとう	あぶら
		いそかあえ		のり	**こまつな**	もやし	さとう	
		かんとうに	とりにく　うずらたまご　がんもどき		にんじん	だいこん	こんにゃく　さといも　さとう	
		おさつスティック					さつまいも　さとう	
全国学校給食週間	26 月	◆お魚チャレンジデー「ししゃも」◆						
		あいちのだいこんばごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	だいこんば		こめ	
		ししゃもﾌﾗｲのみそだれ（小2こ　中3こ）	ししゃも　みそ				パンこ　こむぎこ　さとう	あぶら
		みんなだいすきい～わくんのみどりがおいしい～わ			**ちっチャイな　みつば**	カリフラワー　はくさい	さとう	ごま
		すいとんじる	かまぼこ		にんじん	**だいこん**　しいたけ　**ねぎ**	こむぎこ　でんぷん	
	27 火	こめこパン　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめこぱん	
		いかのハーブやき	いか		バジル	にんにく　レモン		
		グリーンサラダ			こまつな	キャベツ　きゅうり		ドレッシング
		ちっチャイなのポトフ	ベーコン		にんじん　**ちっチャイな**	たまねぎ　キャベツ　はくさい	じゃがいも	あぶら
		ココアぎゅうにゅうのもと					さとう	
	28 水	ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		ちっチャイなのスタミナどん	ぶたにく　みそ		**ちっチャイな**	しょうが　にんにく　たまねぎ	じゃがいも　さとう	ごまあぶら
		ツナいりじゃこキャベツ	ツナ	しらすぼし		キャベツ　たくわん		ごま　ごまあぶら
		はちはいじる	とうふ		にんじん　**こまつな**	**だいこん**	こんにゃく	
		ういろう					さとう　こめこ　でんぷん	
	29 木	きしめん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			きしめん	
		ちくわのいそべあげ（小2こ　中3こ）	ちくわ	あおのり			こむぎこ	あぶら
		ゆかりあえ			しそ	もやし　キャベツ		
		ごもくきしめん	**なごやコーチン**　あぶらあげ　かまぼこ		にんじん　こまつな	だいこん　しいたけ		
		かんそうこざかな		いわし			さとう	
	30 金	むぎごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ　むぎ	
		あつやきたまご	たまご				でんぷん　さとう	
		ひじきのいために	ツナ　あぶらあげ	ひじき		とうもろこし　えだまめ	こんにゃく　さとう	あぶら
		にみそ	ぶたにく　はんぺん　あつあげ　みそ			だいこん　ごぼう	さといも　こんにゃく　さとう	
		★がまごおりみかんゼリー				みかん	さとう	

◆太字は、岩倉市産の野菜と肉です。　★業者直送で、容器は回収します。

みんなのアイデアメニュー

◆魚には骨があります。よく噛んで注意して食べましょう。

※献立の内容は、変わることがあります。

今月の学校給食目標

学校給食の歴史を知ろう

明治22年 に始まったと言われる、日本で最初の給食は、おにぎり、焼き魚、漬物でした。戦争が終わり、全国で学校給食が再開したことを記念してできたのが「全国学校給食週間」です。

「ゆめミールの特別メニュー」として、「いわくら　みんなのアイデア給食」を実施します。

全国学校給食週間　（２６日から３０日まで）～郷土料理・家庭の味を食べよう～

26日　愛知の大根葉ごはん　　**29日　五目きしめん**

28日　八杯汁　　**30日　煮みそ**

【令和７年度みんなのアイデアを参考にしたちっチャイ菜メニュー】

27日　**ちっチャイ菜のポトフ**　（岩倉中学校の生徒のアイデア）

28日　**ちっチャイ菜のスタミナ丼**（五条川小学校の児童のアイデア）

～みんなが応募してくれたイラストを味付けのりに～（15日）

小中学生のみなさんが考えてくれたパッケージイラストを味付け海苔に載せました。たくさんのイラストを考えてくれてありがとうございました。