

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: おもにからだのちようしをととのえる	黄: おもにエネルギーのもとになる	アレルギー義務表示					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	卵	小麦	えび	かに	そば	落花生	エネルギー (kcal)	たんぱく 質 (g)
10 水	ごはん			こめ						642	24.8	しんを あじわうひ
	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・ほししいだけ	さとう・あぶら								
	おばあちゃんのおじ! 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	イタリヤのひ
	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	だいこん つくしのひ
	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								
	きりぼしだいこんのごまいため	とりにく	きりぼしだいこん・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	「まごわ やさしい」 こんだて
	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							
	やさしい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楽しみましょう。



応募献立

10日(水)の「おばあちゃんのお味! 関東風おどろに」、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	おもにからだをつくるものになる			アレルギー義務表示		中学年層を掲載	
		赤：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	緑：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	黄：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	卵 乳 小麦 そば えび かに	落花生	エネルギー (kcal)	たんぱく 質 (g)
22月	ごはん			こめ			678	27.2
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳			
	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				
	だいすのいそに	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	ぶたにく	にんじん・ごぼう・たけのこ・だいこん こんにやく・ねぎ					
23火	こがたロールパン			こがたロールパン	小麦・乳		600	26.0
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳			
	やきそば	ぶたにく・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			646	21.6
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳			
	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・こむぎこ 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	ぶたにく・ちくわ・だいず・みそ	だいこん・にんじん・こんにやく	さといも・さとう				
25木	ごはん			こめ			625	25.7
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳			
	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	でんぶん・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			626	22.4
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳			
	いちのみやのマーボーなす	ぶたにく・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 でんぶん				
	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	でんぶん	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			591	25.3
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			乳			
	あゆのからあげ	あゆ		こめこ・でんぶん・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		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			乳			
	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			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			乳			
	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・ハインアップル・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。

24日(水)～30日(火)は

ぜんこくがっこうきょうしゅくしゅうかん
全国学校給食週間です！

ぜんこくがっこうきょうしゅくしゅうかん
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

あいちけん いちのみやし しよくさい きょうどりょうりょう とうりょう
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
まちまち ぶくろいあつ ちから
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。

ぜんこくがっこうきょうしゅくしゅうかん
全国学校給食週間で、愛知県や一宮市の食材とその献立名は太子
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。

★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。

