



令和7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：主に体をつくるものになる		緑：主に体の調子を整える		黄：主にエネルギーのもとになる		中学年量を掲載	
		1群 (たんぱく質) 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 (カルシウム) 牛乳・乳製品・海菜 骨ごと食べる小魚	3群 (カロテン) 色のこい野菜	4群 (ビタミン・食物繊維) その他の野菜・きのこ・果物	5群 (炭水化物) 米・パン・めん いも・砂糖	6群 (脂質) 油脂類・種実類	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
8 水	ごはん					こめ		635	26.5
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	ぶりのあげてり	ぶり				さとう・でんぷん	あぶら		
	れんこんとくろまめのサラダ	とりにく・くろまめ		みずな	とうもろこし・れんこん		ドレッシング		
	つめのはながたすましじる	かまぼこ・とうふ		にんじん・みつば	だいこん・えのきたけ				
9 木	ミルクロールパン					ミルクロールパン		625	23.2
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	やきそば	ぶたにく・ちくわ	あおのり	にんじん・ピーマン	キャベツ・しょうが	やきそばめん	あぶら		
	ごぼうサラダ	ツナ		ブロッコリー	ごぼう		ノンエッグ マヨネーズ		
	コーヒーパウダー					コーヒーパウダー			
10 金	ごはん					こめ		580	19.8
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	あげだしとうふ	とうふ			しょうが	さとう・でんぷん	あぶら		
	じゃことこんぶのあえもの		ちりめんじゃこ・こんぶ		もやし・きゅうり	さとう			
	そうに	とりにく		にんじん・こまつな	だいこん・ほししいたけ はくさい	さといも・もち			
14 火	むぎごはん					こめ・おおむぎ		625	17.9
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	カレーライス	ぶたにく		にんじん・トマト	たまねぎ・グリーンピース しょうが・にんにく	じゃがいも・カレールウ	あぶら		
	いちごのフルーツクリームヨーグルト <いちごゼリー>		ヨーグルト なまクリーム		ナタデココ・パインアップル もも	さとう			
				いちご	さとう				
15 水	ごはん					こめ		588	25.2
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	あつやぎたまご	たまご				さとう・でんぷん			
	ひきにくとなつとうのいためもの	ぶたにく・なつとう みそ		にんじん	たけのこ	さとう	あぶら		
	のっぺいじる	ちくわ		ほうれんそう	だいこん・こんにゃく・ごぼう	さといも・でんぷん			
16 木	ソフトめん					ソフトめん		653	25.9
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	かいせんちゃんぼん (しる)	えび・いか・なると		チンゲンサイ	キャベツ・たまねぎ・ねぎ とうもろこし・にんにく				
	あげぎょうざ・2こ	ぶたにく		にら	キャベツ・たまねぎ にんにく	パンこ・でんぷん さとう・こむぎこ	ラード あぶら		
	カラフルナムル		にんじん・ほうれんそう	もやし	さとう	ごまあぶら			
17 金	ごはん					こめ		598	27.0
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	さわらのこうみごまだれ	さわら			にんにく・しょうが	さとう・でんぷん	あぶら・ごま		
	ひじきのいために	とりにく	ひじき	にんじん	グリーンピース	さとう	あぶら		
	かすじる	ぶたにく・みそ あぶらあげ	わかめ	こまつな	だいこん・えのきたけ・ねぎ	じゃがいも			
20 月	ごはん					こめ		667	26.3
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	とりにくのからあげ	とりにく			にんにく・しょうが	でんぷん	あぶら		
	だいこんサラダ	ツナ		みずな	だいこん・もやし		ドレッシング		
	まめみそしる	なまあげ・みそ	わかめ	にんじん・かぼちゃ	はくさい・ねぎ・しめじ				
21 火	クロスロールパン					クロスロールパン		740	27.0
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	さばのバジルあげ	さば		バジル	にんにく	でんぷん・こめこ	あぶら		
	イタリアンサラダ	チキンハム		ブロッコリー	ロマネスコ・カリフラワー		ドレッシング		
	トマトスープ	とりにく		トマト・にんじん	たまねぎ・キャベツ	じゃがいも・さとう・レンズまめ			
22 水	むぎごはん					こめ・おおむぎ		579	23.5
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	ぶたキムチどんのぐ	ぶたにく		にら	にんにく・しょうが・キャベツ たまねぎ・ごぼう はくさいキムチ	さとう	ごまあぶら		
	とりだんごスープ <とりだんご>	とうふ		こまつな・にんじん	ほししいたけ・もやし・ねぎ				
	いよかん	とりにく			たまねぎ	でんぷん・さとう			
					いよかん				

◆お知らせ◆

- ① 一宮市の給食では「そば・落花生」は、使用していません。
- ② 8日、17日、20日、22日、31日のおかずの原材料には「卵・乳・小麦・えび・かに・くるみ」を含んでいません。ただし、調味料等に含まれる場合があります。
- ③ 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。
- ④ 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。



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！



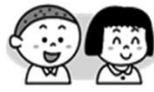
令和7年 1月分 小学校給食献立予定表

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：主に体をつくるものになる		緑：主に体の調子を整える		黄：主にエネルギーのもとになる		中学年量を掲載			
			1群(たんぱく質)	2群(カルシウム)	3群(カロテン)	4群(ビタミン・食物繊維)	5群(炭水化物)	6群(脂質)	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)		
23	木	チキンピラフ	とりにく							632	21.5	
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう								
		オムレツ	たまご						さとう・でんぷん			あぶら
		ほうれんそうのクリームシチュー	ウインナー	スキムミルク・ぎゅうにゅう	にんじん・ほうれんそう	たまねぎ・マッシュルーム			じゃがいも こめこホワイトルウ			あぶら
24	金	ごはん						こめ		585	26.2	
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう								
		さけのしおやき	さけ									あぶら
		たくあんあえ			にんじん	たくあん・もやし						ごまあぶら
		すいとんじる	なまあげ		こまつな	だいこん・はくさい・ねぎ			すいとん			
		あじつけのり		のり								
27	月	きしめん						きしめん		619	22.2	
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう								
		きしめん(しる)	とりにく・かまぼこ		にんじん	はくさい・ほししいたけ・ねぎ						
		ごへいもち	みそ						ごへいもち・さとう			あぶら・ごま
		あかじそあえ			チンゲンサイ・しそ	もやし						
28	火	かきまわし	とりにく・あぶらあげ		にんじん			こめ・さとう		633	22.0	
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう								
		あいちのコロッケ			にんじん	れんこん			じゃがいも・こむぎこ・パンこ・さとう			あぶら
		あいちのみかンドレッシングサラダ	ツナ			きりぼしだいこん・キャベツ			ドレスリング			
		みぞれじる	ぶたにく・とうふ		こまつな	えのきたけ・だいこん・ねぎ						
29	水	ごはん						こめ		602	25.2	
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう								
		にしんのしょうがに	にしん			しょうが			さとう・でんぷん			
		かぶとほうれんそうのさっぱりつけ			ほうれんそう	かぶ・もやし			さとう			
30	木	ひきずり	とりにく・とうふ		にんじん			かかふ・さとう	あぶら	580	21.7	
		ごはん						こめ				
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう								
		しゅうまい・2こ	ぶたにく・とりにく			たまねぎ			こむぎこ・でんぷん・さとう			
		いちのみやのマーボーなす	ぶたにく・みそ ぶたしパー		にんじん・にら	なす・たまねぎ			さとう・でんぷん			あぶら
うきうきエッグスープ	たまご		チンゲンサイ	とうもろこし・たけのこ・ねぎ はくさい			でんぷん					
31	金	ごはん						こめ		615	23.2	
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう								
		いわしのかばやき	いわし						でんぷん・さとう・こめこ			あぶら
		しらあえ	だいず・とうふ		ほうれんそう	こんにゃく			さつまいも・さとう			ごま
おとしこし	あぶらあげ・ちくわ		にんじん		だいこん・ごぼう		さとも・さとう					

★24日(金)～30日(木)の学校給食週間は、愛知県や一宮市の食材とその献立名、郷土料理は太字で表記します。

1月24日(金)～30日(木)は 全国学校給食週間です



【学校給食の歴史】



- 明治22年(1889)**
学校給食の始まり
 山形県で始まりました。
 今から130年以上も前のことです。
- 昭和22年(1947)**
戦後、給食が再開される
 戦争の影響で中断されていた給食が
 アメリカの民間団体からの支援によって再開しました。
- 昭和25年(1950)**
パン・ミルク・おかずの給食に
 支援の小麦粉を使ったパンと
 脱脂粉乳などの給食が始まる。
- 昭和27年(1952)**
あげパンの登場!
 東京都の給食からスタートしました。
 全国的な大人気メニューになりました。



- 昭和30年代**
大きなパンとくじら肉やちくわを使った給食
 当時値段の安かったくじら肉やちくわなどを給食で食べる機会が多かったです。
- 昭和38年(1963)**
ソフトめんが登場!
 時間がたってものびないめんとして、
 ソフトスパゲティめんが開発されました。
- 昭和40年代**
脱脂粉乳から牛乳へ切り替わる
- 昭和51年(1976)**
正式にごはん給食が始まる
 パンではなくお米の給食が始まり、メニューも多くなってきました。
- 昭和60年代**
バイキング給食やカフェテリア給食が始まる
 栄養バランスを考えて食べることや、食事の
 マナーを学ぶための給食が行われ始める。



私たちが毎日食べている給食には、どんな歴史があるのでしょうか？ 味わいながら、給食の移り変わりを感じてみましょう。学校給食週間は、24日の学校給食が始まったころの給食や、愛知県の郷土料理などを紹介します。