



令和7年1月 こんだてひょう



犬山市立東小学校

日	曜	こんだてめい 献立名	主な材料とその働き					
			赤 からだをつくる		緑 からだのちょうしをととのえる		黄 からだを動かすエネルギーになる	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群
			さかな・にく・たまご・だいず・だいず・せいひん 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	ぎゅうにゅう・にゅうせいひん・こざかな・かいそう 牛乳・乳製品・小魚・海藻	りょくおうしょくやさい 緑黄色野菜	た・やさい・くだもの その他の野菜・果物・きのこ	こめ・パン・めん・いも・砂糖 米・パン・めん・いも・砂糖	あぶら・しじつ 油脂・種実
7	火	ごはん ぎゅうにゅう ぶりのたつたあげ こうはくなます そうじ	ぶり とりにく かまぼこ あぶらあげ	ぎゅうにゅう 	にんじん にんじん ねぎ	だいこん はくさい こまつな ほししいたけ	こめ でんぷん さとう もち	あぶら
8	水	スライスパン ぎゅうにゅう はくさいいりカレースープ ひじきのマリネ だいずチョコクリーム	ぶたにく ツナ	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん	はくさい たまねぎ きゅうり キャベツ コーン	スライスパン さとう	あぶら あぶら だいずチョコクリーム
9	木	ごはん ぎゅうにゅう とうふハンバーグのきのこソース こまつなのごまあえ よしのじる	とうふ とりにく	ぎゅうにゅう	こまつな にんじん ねぎ	しめじ えのきたけ たまねぎ もやし だいこん ごぼう	こめ さとう でんぷん	ごま
10	金	キムチチャーハン ぎゅうにゅう しゅうまい わかめとツナのスープ ブロッコリーのちゅうかあえ	ぶたミンチ ぶたにく とりにく ツナ とうふ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん ねぎ ブロッコリー	たまねぎ はくさいキムチ グリンピース たまねぎ たまねぎ ほししいたけ	アルファかまい さとう	あぶら こまあぶら ごまあぶら こま
14	火	むぎごはん ぎゅうにゅう とりごぼうどん チンゲンサイいりみそしる みかん	とりミンチ こうやとうふ とうふ あぶらあげ ミックスみそ	ぎゅうにゅう	にんじん チンゲンサイ	ごぼう グリンピース しょうが たまねぎ みかん	さとう でんぷん じゃがいも	あぶら
15	水	ごはん ぎゅうにゅう あげぎょうざ きりほしだいこんとツナのちゅうかあえ ワントンスープ ブルーベリーゼリー	ぶたにく ツナ とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん チンゲンサイ ねぎ	キャベツ キャベツ きゅうり きりほしだいこん もやし	こめ こむぎこ さとう	あぶら ごまあぶら こま
16	木	ごはん ぎゅうにゅう けんちんしのだのそぼろあん やさしいしおこんぶあえ いしかりじる	とうふ ぶたミンチ だいず ちくわ さけ とうふ ミックスみそ	ぎゅうにゅう しおこんぶ こぶ	にんじん ねぎ	しょうが キャベツ きゅうり もやし だいこん はくさい	こめ でんぷん さとう	あぶら
17	金	ごはん ぎゅうにゅう あおじそいりあじフライ ちくぜんに だいこんとこまつなごますあえ	あじ とりにく ちくわ	ぎゅうにゅう	にんじん いんげん こまつな にんじん	たけのこ ごぼう れんこん こんにゃく だいこん きりほしだいこん	こめ パンこ さとう	あぶら あぶら ごまあぶら こま
20	月	ごはん ぎゅうにゅう ちゅうかはん はるまき かんでんのちゅうかサラダ	ぶたにく なんと ぶたにく オイルささみ	ぎゅうにゅう	にんじん にんじん	たまねぎ はくさい たけのこ ほししいたけ キャベツ もやし キャベツ	こめ でんぷん	あぶら あぶら ごまあぶら
21	火	むぎごはん ぎゅうにゅう ひみつのカレー(ブックメニュー) コールスローサラダ ヨーグルト ふくじんづけ	ぶたにく ぶたレバーチップ ハム	ぎゅうにゅう	にんじん にんじん	たまねぎ だいこん グリンピース キャベツ きゅうり コーン	こめ むぎ じゃがいも	あぶら あぶら
22	水	ごはん ぎゅうにゅう さけのねぎみそやき ツナとピーマンのいためもの のっぺいじる	さけ ミックスみそ ツナ とりにく とうふ	ぎゅうにゅう	ねぎ ピーマン にんじん	キャベツ ごぼう だいこん こんにゃく	こめ さとう	ごまあぶら こま
23	木	ごはん ぎゅうにゅう さといもとりにくのあけに チンゲンサイのたくわんあえ なめこじる	とりにく とうふ あぶらあげ あかみそ	ぎゅうにゅう	チンゲンサイ にんじん ねぎ	きりほしだいこん だいこんづけ なめこ だいこん	こめ さといも でんぷん こむぎこ さとう	あぶら ごま
24	金	きしめん ぎゅうにゅう ちくわのいそべあげ ブロッコリーのおかかあえ てづくりおにまんじゅう	とりにく かまぼこ あぶらあげ ちくわ かつおぶし	ぎゅうにゅう	ねぎ ブロッコリー	はくさい ほししいたけ	きしめん こむぎこ	あぶら あぶら
27	月	ごはん ぎゅうにゅう あつあげとこんにゃくのみそかけ はくさいのごまあえ いわしいりつみれだんご あぶらあげ	あつあげ あかみそ いわしいりつみれだんご あぶらあげ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん にんじん ねぎ	こんにゃく はくさい だいこん ごぼう	こめ さとう	ごま
28	火	にんじんのかきまわし ぎゅうにゅう わふうコロッケ こまつなのなめたけあえ はちはいじる	とりにく ちくわ あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな にんじん ねぎ	ほししいたけ きりほしだいこん れんこん もやし あじつけえのきたけ こんにゃく	アルファかまい アルファかもろこめ さとう じゃがいも パンこ	あぶら あぶら ごま
29	水	あいちのこめこパン ぎゅうにゅう だいずナゲット クリームシチュー ツナサラダ	とりにく だいず とりにく しろいんげんまめペースト オイルツナ	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ キャベツ きゅうり たまねぎ	こめこパン じゃがいも こむぎこ	あぶら バター あぶら
30	木	ごはん ぎゅうにゅう レバーいりごまつくね ひきすり ゆかりあえ いぬやまきびだんご	とりにく とりにく あつあげ	ぎゅうにゅう	ねぎ にんじん	たまねぎ はくさい ほししいたけ こんにゃく キャベツ きゅうり	こめ かくふ さとう	あぶら ごま
31	金	ごはん ぎゅうにゅう いわしのかばやき やさしいおひたし けんちんじる せつぶんまめ	いわし かつおぶし とりにく とうふ だいず	ぎゅうにゅう	ほうれんそう にんじん ねぎ	しょうが もやし ごぼう だいこん こんにゃく	こめ こめこ さとう	あぶら

給食回数 18回

- ・食材は、体の中の働きによって3つの仲間に分けられています。
- ・汁物のだしには、煮干しやむろあじ、昆布などを使用しています。
- ・材料等の都合により献立の変更がある場合があります。ご了承ください。
- ・毎月19日は「食育の日」として、教科と関連した献立が登場します。
今月は17日に、3年生 国語「冬のくらし」より、教科書に「冬野菜」
出てくる冬野菜をたくさん使った献立が出ます。



【給食の欠食について】

○病気やけが等による長期（連続4日以上）の欠席または出席停止が見込まれる場合、保護者からの欠食の申し出をもって欠食を行うことができます。希望される場合は、申し出をお願いします。
○欠食は、申し出日から6日目（土・日・祝日を含む）より対応可能です。