



[令和8年]

1月 中学校献立表



今月の給食目標

食べ物に感謝して食べよう

半田市学校給食センター

日	曜	除去食対応献立	献立名	主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		エネルギー kcal	
				第1群		第2群		第3群			
				魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海藻	牛乳	緑黄色野菜	牛乳	その他の野菜 果物・きのこ		
8	木	ごはん 牛乳			牛乳				こめ	742	
		さわらの照り焼き	さわら						さとう でんぶん		
		ほうれん草の磯香和え		のり	ほうれんそう にんじん	きりぼしだいこん もやし		さとう	よく噛んで 食べましょう		
		五目雑煮	とりにく あぶらあげ かまぼこ		にんじん	ほししいたけ はくさい		もち			
9	金	ソフトめん 牛乳		牛乳					めん	839	
		カレー南蛮	とりにく かまぼこ あぶらあげ		にんじん はねぎ	たまねぎ					
		ハムステーキ	ハム								
		もやしのナムル	まぐろ		にんじん	もやし		さとう			
13	火	ごはん 牛乳		牛乳				こめ		789	
		ちくわ米粉磯辺揚げ(3個)	ちくわ	あおのり				こめこ	あぶら		
		青菜のごま和え	まぐろ		こまつな	キャベツ もやし	さとう	ごま			
		豚汁	ぶたにく とうふ みそ		にんじん はねぎ	だいこん こんにゃく					
14	水	ごはん 牛乳		牛乳				こめ		720	
		★いわし生姜煮	いわし			しょうが					
		白菜の赤しそ和え			あかしそ	はくさい もやし					
		肉じゃが	ぶたにく さつまあげ		にんじん	たまねぎ こんにゃく グリンピース		じゃがいも さとう			
15	木	ミルクロールパン 牛乳		牛乳				パン		861	
		★ハンバーグケチャップソースかけ	ぶたにく とりにく だいすき			たまねぎ		さとう			
		冬野菜の豆乳シチュー	ベーコン とうにゅう		にんじん ブロッコリー	はくさい かぶ たまねぎ とうもろこし					
		★いちごゼリーポンチ				もも パインアップル みかん いちご		さとう			
16	金	麦ごはん 牛乳		牛乳				こめ おおむぎ		838	
		★揚げぎょうざ(3個)	ぶたにく			キャベツ たまねぎ	こむぎこ	あぶら			
		ひじきの中華和え	まぐろ	ひじき	こまつな にんじん		はるさめ	ドレッシング			
		マーボー豆腐	とうふ ぶたにく みそ		にんじん にら	たまねぎ しょうが	さとう でんぶん				
19	月	ごはん 牛乳		牛乳				こめ		815	
		★にぎすフライの 甘酢ダレかけ	にぎす					さとう パンこ こむぎこ	あぶら		
		半田ポークのすき 焼き風煮	ぶたにく やきどうふ かまぼこ		にんじん	たまねぎ はくさい えのきたけ しろねぎ こんにゃく	さとう				
		ぽんかん				ぽんかん					
20	火	麦ごはん 牛乳		牛乳				こめ おおむぎ		788	
		ビビンバ(肉)	ぶたにく みそ			にんにく	さとう				
		ビビンバ(ナムル)			こまつな にんじん	だいすきもやし	さとう				
		フォーの名古屋コーチンと野菜のスープ	とりにく		にんじん はねぎ チンゲンサイ	まいたけ とうもろこし しょが	フォー	ごまあぶら			
		ヨーグルト		ヨーグルト							
21	水	くろロールパン 牛乳		牛乳				パン		760	
		★れんこん入りコロッケ			にんじん	れんこん	じゃがいも パンこ こむぎこ	あぶら			
		大根サラダ	まぐろ			だいこん とうもろこし		ドレッシング			
		えびと野菜のコンソメスープ	えび		にんじん パセリ	たまねぎ はくさい エリンギ	じゃがいも				
22	木	★ココア牛乳のもと						さとう ココア		818	
		麦ごはん 牛乳		牛乳				こめ おおむぎ			
		カレー	ぶたにく		にんじん	たまねぎ グリンピース	じゃがいも さとう				
		フランクフルト	フランクフルト								
23	金	ブロッコリーサラダ			ブロッコリー にんじん	とうもろこし		ドレッシング		723	
		中華めん 牛乳		牛乳				めん			
		みそラーメンスープ	ぶたにく なると みそ		にんじん はねぎ	たけのこ もやし	さとう でんぶん				
		★しゅうまい(3個)	ぶたにく			たまねぎ	パンこ こむぎこ				
		切り干し大根の和え物	まぐろ		にんじん	きりぼしだいこん キャベツ	さとう				

◎食べるときは、よくかんで食べましょう。

※給食物資の購入都合により、献立の一部を変更することがあります。

※献立表にある★は、加工食品を表しています。すべての食材を表記しているものではありません。

※食物アレルギーに関して学校給食の対応が必要な方は、詳細なアレルギー資料をご確認ください。

※給食センターのメールアドレス kyushoku@city.handa.lg.jp

『毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です』

半田市のホームページで、給食レシピを紹介しています。ぜひ、ご覧ください。
QRコードを読み込むと、すぐにご覧いただけます。



日	曜	除去食対応献立	献立名	主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		エネルギー kcal	
				第1群		第2群		第3群			
				魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海藻	牛乳	緑黄色野菜	その他の野菜 果物・きのこ	穀類・いも・砂糖		
学校 給食 週間	26	月	麦ごはん 牛乳		牛乳				こめ おおむぎ	782	
			鶏飯の具	とりにく あぶらあげ		にんじん	ほししいたけ	たくあん	さとう		
			ホキとさつま芋のごまだれかけ	ホキ					さつまいも さとう でんぶん		
			吳汁	だいす とうにゅう ぶたにく とうふ みそ		にんじん こまつな	だいこん	しめじ			
	27	火	ごはん 牛乳		牛乳				こめ	908	
			手羽先風から揚げ	とりにく			にんにく		さとう でんぶん あぶら		
			小松菜の酢の物			こまつな	きゅうり キャベツ		さとう		
			卵 かきたま汁	とうふ たまご		にんじん はねぎ	たまねぎ		でんぶん		
	28	水	★生せんべい						こめ こむぎこ さとう はちみつ	696	
			ごはん 牛乳		牛乳				こめ		
			さけの焼き漬け	さけ							
			枝豆の塩昆布和え		しおこんぶ	にんじん	えだまめ キャベツ				
	29	木	のっぺい汁	とりにく あぶらあげ		にんじん はねぎ	だいこん ごぼう		さといも でんぶん	808	
			ごはん 牛乳		牛乳				こめ		
			★えび天	えび だいす	ごはんとえび天を のりで巻いて 食べましょう。				さとう でんぶん こむぎこ		
			たくあん和え				たくあん きゅうり キャベツ		あぶら		
	30	金	煮みそ	ぶたにく なまあげ さつまあげ みそ		にんじん はねぎ	だいこん はくさい こんにゃく		さとう	737	
			手巻きのり		のり						
			ごはん 牛乳		牛乳				こめ		
			★ラフテー	ぶたにく					さとう		
			にんじんしりしり	まぐろ		にんじん			さとう あぶら		
			もずく汁	とりにく とうふ	もずく	にんじん はねぎ チンゲンサイ	たけのこ しょうが				
			★シークワーサーゼリー				シークワーサー		さとう		

給食だより

1月26日(月)～1月30日(金)は

給食回数 16回

基準値
(1食あたり)

中学校

830

半田市学校給食週間です！

「全国の郷土料理や特産物を知る」をテーマに、全国各地の郷土料理や特産物を使った献立が登場します！

※太字は郷土料理や特産物です。

26日(月) <鹿児島県>

- ・鶏飯の具
- ・ホキとさつま芋のごまだれかけ
- ・吳汁



鹿児島県
奄美地域の
郷土料理です。

27日(火) <愛知県>

- ・手羽先風から揚げ
- ・小松菜の酢の物
- ・かきたま汁
- ・生せんべい



半田市の
銘菓です。
もちもちとした
食感が特徴です。

28日(水) <新潟県>

- ・鮭の焼き漬け
- ・枝豆の塩昆布和え
- ・のっぺい汁



新潟県の
郷土料理です。
焼いた鮭をタ
レに付け込んで
食べます。

29日(木) <愛知県>

- ・天むす(えび天・手巻きのり)
- ・たくあん和え
- ・煮みそ



名古屋名物です。
えびてんとごはんをの
りで巻いて食べましょう。

30日(金) <沖縄県>

- ・ラフテー
- ・にんじんしりしり
- ・もずく汁
- ・シークワーサーゼリー



沖縄県の郷
土料理です。
豚の角煮のこ
とをいいます。



全国の
郷土料理や
特産物を
味わって
食べましょう。

今月の愛知県産の食べ物



1月20日(火)には、
「地元産食材×アジア料
理」給食献立募集で入賞
した「フォーの名古屋
コーチンと野菜のスー
プ」が登場します！