



[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	中学校
				第1群	第2群	第3群	第4群	第5群	第6群		
				魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜 果物・きのこ	穀類・いも・砂糖	油脂・種実		
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 でんぷん			
			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 グリーンピース	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 だいず			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 でんぷん			
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			
			ぼんかん				ぼんかん				
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	だいずもやし	さとう			
			フォア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 しょうが	フォー	ごまあぶら		
21	水		ヨーグルト		ヨーグルト					760	
			くろロールパン 牛乳		牛乳			パン			
			★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		
22	木	えび	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		818	
			★ココア牛乳のもと					さとう	ココア		
			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			
23	金		フランクフルト	フランクフルト						723	
			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		
			中華めん 牛乳		牛乳			めん			
			みそラーメンスープ	ぶたにく なんと みそ		にんじん はねぎ	たけのこ もやし	さとう でんぷん			
			★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、ご覧いただき、ご家庭でもお試しください。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	中学校	
				第1群	第2群	第3群	第4群	第5群	第6群			
				魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜 果物・きのこ	穀類・いも・砂糖	油脂・種実			
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 でんぱん	あぶら ごま			
			呉汁	だいず 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 でんぱん	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	でんぱん				
			★生せんべい					こめ こむぎこ さとう はちみつ				
	28	水	ごはん 牛乳		牛乳			こめ		696		
			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					
			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 でんぱん				
	29	木	ごはん 牛乳		牛乳			こめ		808		
			★えび天	えび だいず	ごはん と えび天 を のり で巻いて 食べましょう。			さとう でんぱん こむぎこ	あぶら			
			たくあん和え				たくあん きゅうり キャベツ					
			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				
			手巻きのり		のり							
	30	金	ごはん 牛乳		牛乳			こめ		737		
			★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
- ・**呉汁**



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



こめ



たまご



牛にゅう



ぶた肉



名古屋
コーチン



のり



キャベツ



白菜



チンゲン菜



とうふ



ぽんかん



にぎす



かば



大根



ねぎ



にんじん



きゅうり



切り干し
大根



小松菜



みそ



しょうゆ



す

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！