


令和7年1月分学校給食献立表

豊橋市東部学校給食センター

日	曜日	配膳例	献立名	食品の種類と体内でのほたらき						エネルギー(kcal) 小学校 中学校	メモらん
				赤主に体の組織をつくる食品群		緑主に体の調子を整える食品群		黄主にエネルギーになる食品群			
				1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 牛乳・乳製品 小魚・海そう	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油脂 (種実)		
9	木		ごはん 牛乳 さばのてり焼き さくさく煮	さば とり肉、揚げはんぺん 焼豆腐	牛乳	にんじん、さやえんどう	こんにゃく、ごぼう、だいこん しいたけ	ごはん さといも	568 723	さくさく煮：福島県の郷土料理	
10	金		ロールパン 牛乳 米粉コロッケ そえやさい ポークビーンズ		牛乳	にんじん、トマト	キャベツ、コーン たまねぎ	ロールパン 米粉、じゃがいも 米油 米油 米油	719 898	ロールパン：小麦粉は50%愛知県産	
14	火		ごはん 牛乳 豚肉とごぼうの甘辛いため 生揚げとやさいの煮つけ みかん	豚肉 生揚げ、揚げはんぺん	牛乳	にんじん、さやいんげん にんじん、ごまつな	ごぼう、こんにゃく だいこん、たまねぎ みかん	ごはん 砂糖 砂糖	574 720	生揚げとやさいの煮つけ：ごまつなは豊橋産	
15	水		麦ごはん 牛乳 ひじき入りぎょうざ(小2こ、中3こ) もやしいため マーボー豆腐	とり肉	牛乳 ひじき	にんじん 葉ねぎ	たまねぎ もやし しょうが、にんにく、たまねぎ たけのこ、しいたけ	麦ごはん 小麦粉 米油 米油	653 855		
16	木		スライスパン 牛乳 ハンバーグサンド(ハンバーグ) ハンバーグサンド(ゆでやさい) 青じそ入りポトフ	豚肉、とり肉	牛乳	にんじん、青じそ	たまねぎ キャベツ だいこん、たまねぎ、カリフラワー	スライスパン 砂糖、でん粉 じゃがいも	591 679	スライスパン：小麦粉は50%愛知県産 青じそ入りポトフ：青じそは豊橋産	
17	金		ごはん 牛乳 キャベツミンチカツ そえやさい おでん	牛肉、豚肉	牛乳	にんじん にんじん、さやいんげん	キャベツ キャベツ こんにゃく、だいこん	ごはん 小麦粉 米油 米油	629 789		
20	月		麦ごはん 牛乳 にぎすフライ ゆでやさい 煮みそ	Pソース にぎす 豚肉、揚げはんぺん 赤みそ	牛乳	にんじん	キャベツ こんにゃく、だいこん、はくさい 根深ねぎ	麦ごはん 小麦粉 米油	589 752	煮みそ：三河の郷土料理	
21	火		ミルクロール 牛乳 ウインナーソーテー 米粉のホワイトシチュー	ウインナー とり肉、白いんげん豆	牛乳	にんじん、ブロッコリー	キャベツ、エリンギ、えだまめ たまねぎ	ミルクロール 米油 米油	575 723	ミルクロール：小麦粉は50%愛知県産 米粉のホワイトシチュー：ブロッコリーは豊橋産	
22	水		ごはん 牛乳 肉だんごの甘酢あんかけ(小2こ、中3こ) やさしいため 中華スープ煮	豚肉、とり肉	牛乳	にんじん にんじん、チンゲンサイ	キャベツ、コーン はくさい、たまねぎ、たけのこ しいたけ	ごはん 米油 ごま油、米油	556 734		
23	木		ごはん 牛乳 ざさみ青じそフライ そえやさい シンシン豆乳スープ	とり肉 豚肉、豆腐、うずら卵 豆乳、白みそ	牛乳	青じそ にんじん にんじん、ブロッコリー	キャベツ たまねぎ、はくさい	ごはん 小麦粉 米油 米油	640 809	愛知を食べる学校給食の日 ざさみ青じそフライ：青じそは豊橋産	
24	金		金芽玄米ごはん 牛乳 オムレツ キャベツソーテー 村井弦斎の豆入りカレー	卵 豚肉、大豆	牛乳	にんじん	キャベツ、コーン にんにく、しょうが、たまねぎ	金芽玄米ごはん じゃがいも 米油 米油	615 784	豊橋市の偉人にちなんだ献立	
27	月		ごはん 牛乳 さんまの銀紙焼き ミニトマト(1こ) すいとん汁	さんま、赤みそ、白みそ 生揚げ	牛乳	ミニトマト にんじん、葉ねぎ	こんにゃく、ごぼう、だいこん ぶなしめじ	ごはん 砂糖 すいとん	584 737	ミニトマト：豊橋産	
28	火		ごはん 牛乳 れんこんサンドフライ そえやさい 豊橋のどうまい豚汁 一口蒲郡みかんゼリー	とり肉 豚肉、うずら卵、赤みそ 白みそ	牛乳	にんじん	れんこん キャベツ、えだまめ だいこん、はくさい、根深ねぎ しょうが みかん	ごはん 小麦粉 米油 米油 ごま油 砂糖	616 807	愛知を食べる学校給食の日 豊橋のどうまい豚汁：令和6年度アイデア料理コンテスト入賞作品	
29	水		ソフトめん 牛乳 ハムとやさいのソーテー ミートソース	ハム 豚肉、大豆	牛乳	ごまつな にんじん、トマト	キャベツ、コーン たまねぎ、えだまめ	ソフトめん 砂糖 米油 米油	601 712	ソフトめん：小麦粉は50%愛知県産 ハムとやさいのソーテー：ごまつなは豊橋産	
30	木		ごはん 牛乳 ひらつくね いためなます あわせみそ汁	とり肉 油揚げ 豆腐、とり肉、赤みそ、白みそ	牛乳	にんじん にんじん、葉ねぎ	キャベツ 切干しだいこん たまねぎ、はくさい、ごぼう	ごはん 砂糖 じゃがいも	574 728		
31	金		ごはん 牛乳 いわしのかば焼き 赤しそあえ 肉じゃが	節分豆 節分豆(大豆) いわし 豚肉、揚げはんぺん	牛乳	赤しそ にんじん、さやいんげん	キャベツ、もやし こんにゃく、たまねぎ	ごはん 砂糖、でん粉 米油 じゃがいも、砂糖 米油	640 830	節分豆：2月2日は節分	

○ 献立は都合により変更する場合があります。
○ スプーンマーク  はスプーンをつけます。
○ 小学校のエネルギー(kcal)は、中学年の量を表示しています。
○ P(パック)・・・卓上調味料のことで、各学級1本です。
○ **太文字**は愛知県産の予定です。

28品目のアレルギーを含む商品の情報は裏面に表示しています。28品目以外のアレルギーを含む食品の情報が必要な場合は、担当給食センターか保健給食課にてご確認ください。


※この面は、すべての食品が表示されているわけではありません。(加工品で配合割合が少ない食品は表示されていません。)
※この面は、すべての調味料が表示されているわけではありません。
※同じ献立名でも使用する食品が異なる場合があります。裏面をご確認ください。

とよはし産学校給食の日

1月に使用されるキャベツ(加工品除く)はすべて豊橋産です。
豊橋市は全国でも有数のキャベツの産地です。

豊橋市の偉人 村井弦斎 について知ろう!

「村井弦斎」とは豊橋で生まれ、「食育の父」とも言われている人物です。彼のベストセラーである「食道楽」にて紹介されたカレーライスアレンジして「村井弦斎の豆入りカレー」として給食で提供します。このカレーには、「チャツネ」というパパイヤやりんご、レーズンなどの果実をすりつぶした調味料を使用しています。



1月に提供するマーボー豆腐、肉じゃが、ミートソースの調理風景の動画を掲載中! ぜひご覧ください!

 保健給食課HP  保健給食課公式 YouTube


給食についてのご意見、お問い合わせ先
* 東部給食センター
☎ 62-9815
* 保健給食課
☎ 51-2835

全国学校給食週間 【期間】1月24日~30日

1月24日から1月30日までの1週間は「全国学校給食週間」です。学校給食は「生きた教材」として、地域の食材や食文化を伝え、栄養バランスの良い食事のお手本とされています。豊橋市では、学校給食週間で、愛知県の郷土料理や、「愛知を食べる学校給食の日」として地元の食材を多く使った給食が登場します。


PickUP

1月に提供する「シンシン豆乳スープ」にて、国産オーガニックスロココリーを使用します。このスロココリーは、有機JAS認定を受けた農場で作られています。



学校給食 アイデア料理コンテスト

1月に提供する「豊橋のどうまい豚汁」は、令和6年度学校給食アイデア料理コンテストにて、西郷小4年生小柳津実咲さんが豊橋養鶏農業協同組合長賞を受賞した献立です。



毎月19日は『食育の日~おうちごはんの日』です