

令和7年1月分学校給食献立表

豊橋市南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	ごはん 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	569 724	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 ポーグビーンズ		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	722 901	ロールパン：小麦粉は50%愛 知県産	
14	火	ごはん 牛乳	ごはん 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 切干しいたけ たまねぎ、はくさい、ごぼう	ごはん 砂糖 じゃがいも ごま、ごま油、米油	574 728		
15	水	麦ごはん 牛乳	キャベツミンチカツ そえやさい おでん	牛肉、豚肉 がんもどき、ちくわ	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	麦ごはん 小麦粉 米油 米油	629 789		
16	木	ごはん 牛乳	豚肉とごぼうの甘辛い 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 ごま、米油、ごま油	574 720	生揚げとやさいの煮つけ：こ まつなは豊橋産	
17	金	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 豚肉、大豆、豆腐 とりレバー、赤みそ	牛乳	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	ごはん 小麦粉 米油 米油 ごま油、米油	663 867		
20	月	ごはん 牛乳	ささみ青じそフライ 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 ささみ青じそフライ：青じそ は豊橋産	
21	火	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 ウインナー	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	
22	水	ソフトめん 牛乳	ハムとやさいのソテー 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	601 719	ソフトめん：小麦粉は50%愛 知県産 ハムとやさいのソテー：こま つなは豊橋産	
23	木	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	585 738	ミニトマト：豊橋産	
24	金	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	
27	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 さといも、砂糖	589 752	煮みそ：三河の郷土料理	
28	火	金芽玄米ごはん 牛乳	オムレツ キャベツソテー 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	
29	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 豚肉、豆腐	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 砂糖 ごま油、米油	556 734		
30	木	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	634 822	節分豆：2月2日は節分	
31	金	ミルクロール 牛乳	ウインナーソテー 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 じゃがいも	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	

- 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。



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
* 南部給食センター
☎ 45-4512
* 保健給食課
☎ 51-2835



【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～おうちでごはんの日』です