


令和8年1月分学校給食献立表

豊橋市北部学校給食センター

日曜日	曜日	配膳例	食 品 の 種 類 と 体 内 で の は た ら き						エネルギー (kcal) 小学校 中学校	メモらん	
			①主に体の組織をつくる食品群		②主に体の調子を整える食品群		③主にエネルギーになる食品群				
			1群	2群	3群	4群	5群	6群			
			魚・肉・卵 大豆・大豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 果物	米・パン・めん いも・砂糖	油 脂 (種 実)			
8	木	ごはん	牛乳				ごはん		631 824	愛知を食べる学校給食の日 煮干し入り豚汁：煮干し粉で だしをとっています	
		れんこんサンドフライ		とり肉		れんこん		小麦粉			なたね油
		そえやさい				キャベツ、えだまめ		米油			
		煮干し入り豚汁		豚肉、油揚げ、豆腐、赤みそ	煮干し粉	だいこん、ごぼう	さといも				
		一口蒲郡みかんゼリー				みかん	砂糖				
9	金	ごはん	牛乳	小魚			ごはん		582 767		
		肉だんごの甘酢あんかけ (小2こ、中3こ)		とり肉		たまねぎ					
		そえやさい				キャベツ、コーン		米油			
		中華スープ		豚肉、豆腐	わかめ	はくさい、たまねぎ、たけのこ しいたけ	はるさめ	ごま油、米油			
13	火	ごはん	牛乳				ごはん		609 768	さくさく煮：福島県の郷土料理	
		さばのてり焼き		さば							
		ごまあえ			にんじん、ほうれんそう	はくさい	砂糖	ごま			
		さくさく煮		とり肉、揚げはんぺん 焼豆腐	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	さといも				
14	水	ロールパン	牛乳				ロールパン		736 920	ロールパン：小麦粉は50%愛 知県産	
		米粉コロッケ	Pソース				じゃがいも、米粉	なたね油			
		ゆでやさい			にんじん	キャベツ					
		ポークビーンズ		豚肉、大豆	にんじん、 にんじん、トマト	たまねぎ	砂糖	米油			
15	木	ごはん	牛乳				ごはん		595 746		
		豚肉とごぼうの甘辛いため		豚肉	にんじん、さやいんげん	ごぼう、こんにゃく	砂糖	ごま、米油、ごま油			
		生揚げとやさいの煮つけ		生揚げ、揚げはんぺん	にんじん、ごまつな	だいこん、たまねぎ	砂糖				
		みかん				みかん					
16	金	麦ごはん	牛乳				麦ごはん		662 865		
		ひじき入り揚げきょうざ (小2こ、中3こ)		とり肉	ひじき		キャベツ、たまねぎ	小麦粉			なたね油
		もやしいため				にんじん	もやし	米油			
		マーボー豆腐		豚肉、大豆、豆腐 とりレバー、赤みそ	葉ねぎ	しょうが、にんにく、たまねぎ たけのこ、しいたけ	砂糖、でん粉	ごま油、米油			
19	月	ごはん	牛乳				ごはん		604 767	ミニトマト：豊橋産	
		さんまの銀紙焼き		さんま、赤みそ、白みそ			砂糖				
		ミニトマト (小1こ、中2こ)			ミニトマト						
		五目きんぴら		豚肉、揚げはんぺん	にんじん、さやいんげん	こんにゃく、ごぼう、切干しだいこん	砂糖	米油、ごま油			
20	火	ソフトめん	牛乳				ソフトめん		610 727	ソフトめん：小麦粉は70%愛 知県産	
		りんご				りんご					
		ベーコンとやさいのソテー		ベーコン	チンゲンサイ	キャベツ、コーン		米油			
		米粉カレーソース		豚肉、大豆	にんじん	たまねぎ	じゃがいも	米油			
21	水	ごはん	牛乳				ごはん		625 790		
		とりの竜田揚げ		とり肉				なたね油			
		塩こんぶあえ			こんぶ	ごまつな、にんじん	キャベツ	ごま、ごま油			
		おでん		がんもどき、ちくわ 揚げはんぺん、うずら卵	にんじん	こんにゃく、だいこん	さといも				
22	木	ごはん	牛乳	のり佃煮			ごはん		597 752	すいとん汁：小麦粉を練って 作ったすいとんと野菜を煮た 関東地方の郷土料理	
		玄米入りつくね		とり肉							
		もやしとごまつなのおかかいため		かつお節	ごまつな	もやし		米油			
		すいとん汁		生揚げ	にんじん、葉ねぎ	こんにゃく、ごぼう、だいこん ぶなしめじ	すいとん				
23	金	米粉パン (小麦入り) 牛乳					米粉パン (小麦入り)		613 766	米粉パン (小麦入り)：小麦粉 と米粉の一部は愛知県産	
		ウインナーソーテー		ウインナーソーセージ		キャベツ、エリンギ、えだまめ	米油				
		米粉ホワイトシチュー		とり肉	チーズ、調理用牛乳 生クリーム	たまねぎ	じゃがいも 白いんげん豆	米油			
		一口アセロラゼリー				アセロラ	砂糖				
26	月	ごはん	牛乳				ごはん		665 837	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	
		ささみ青じそフライ		とり肉			小麦粉	なたね油			
		そえやさい			青じそ にんじん	キャベツ	米油				
		シンシン豆乳スープ		豚肉、豆腐、うずら卵 豆乳、白みそ	にんじん、ブロッコリー	たまねぎ、はくさい					
27	火	サンドイッチパンズ 牛乳	ココア糖				サンドイッチパンズ ココア糖		661 750	サンドイッチパンズ：小麦粉 は50%愛知県産 青じそ入りポトフ：青じそは 豊橋産	
		ハンバーガー (ハンバーグ)		とり肉、豚肉		たまねぎ	砂糖、でん粉				
		ハンバーガー (ゆでやさい)				キャベツ					
		青じそ入りポトフ		ウインナーソーセージ	にんじん、青じそ	だいこん、たまねぎ、カリフラワー	じゃがいも				
28	水	なめし (麦ごはん) 牛乳	なめしふりかけ				麦ごはん		670 832	愛知を食べる学校給食の日 煮みそ：三河の郷土料理	
		にぎすフライ	Pソース	にぎす			小麦粉	なたね油			
		煮みそ		豚肉、揚げはんぺん、赤みそ	にんじん	こんにゃく、だいこん、はくさい 根深ねぎ	さといも、砂糖				
		豆乳プリン		豆乳		砂糖					
29	木	ごはん	牛乳	角チーズ			ごはん		600 754		
		はるさめとやさいのオイスターソースいため		豚肉	チンゲンサイ、にんじん	キャベツ、たまねぎ、しいたけ	はるさめ、砂糖	ごま油、米油			
		ジンジャースープ		とりだんご、豆腐	にんじん、にら	だいこん、もやし、しょうが		米油			
		金芽玄米ごはん									
30	金	ほうれんそう入りオムレツ					金芽玄米ごはん		629 797	豊橋市の偉人にちなんだ献立	
		キャベツソテー		卵	ほうれんそう						
		村井弦斎の豆入り米粉カレー		豚肉、大豆	にんじん	キャベツ、コーン にんにく、しょうが、たまねぎ	じゃがいも	米油			

- 献立は都合により変更する場合もあります。
- スプーンマーク  はスプーンをつけます。
- 献立名の㊟は学校へ直送します。
- 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) …卓上調味料のごとで、各学級1本です。
- **太文字**は愛知県産の予定です。

28品目のアレルゲンを含む商品の情報は裏面に表示しています。28品目以外のアレルゲン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。

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をアレンジして「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月に提供される マーボー豆腐、カレーライスなど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

＊北部給食センター
☎88-1817
＊保健給食課
☎51-2835



とよはし産学校給食の日

1月に使用されるキャベツ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。



毎月19日は
『食育の日～おうちでごはんの日』です



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、学校給食週間中、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。