



令和8年1月分学校給食予定献立表



愛知県立名古屋聾学校

日	曜	献立名	主な材料とその働き					その他	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量	
			赤 体を作る		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる			
			魚・肉・卵・大豆・ 大豆製品	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	米・パン・ めん・いも・砂糖	油脂・種実		
7	水	行事食献立(正月)							830	Kcal g g g
		ごはん 牛乳		牛乳			白飯			
		ぶり竜田揚げ	ぶり			しょうが	でんぶん	大豆白絞油		
		お煮しめ			人参	れんこん こんにやく ごぼう 干し椎茸	さといも 砂糖			
		雑煮	かまぼこ		小松菜	白菜	餅			
		★やさいゼリー			人参汁	みかん果汁	砂糖			
8	木	ごはん 牛乳		牛乳			白飯		855	Kcal g g g
		冬野菜の酢豚風	牛肉 豚肉 鶏肉		ブロッコリー	れんこん 大根 玉ねぎ	さつまいも 砂糖 でんぶん パン粉	大豆白絞油		
		キャベツのじゃこあえ		しらす干し	水菜	キャベツ	砂糖	ごま		
		春雨スープ	鶏肉		チンゲンツアイ 人参	えのきたけ	緑豆はるさめ			
9	金	中華めん 牛乳		牛乳			中華めん		826	Kcal g g g
		★しょうゆラーメン	豚肉 うずら卵 なんと		人参	白菜 もやし わけ しょうが にんにく		鳥がらだし しょうゆ みりん風調味料 料理酒		
		春巻き	豚肉			キャベツ もやし 人参 にら エリンギ	でんぶん 砂糖 小麦粉	大豆白絞油		
		中華サラダ		わかめ	人参 チンゲン ツアイ	キャベツ きゅうり	砂糖	ごま油 ごま		
		りんごゼリー				りんごピューレ りんご 果汁	砂糖			
13	火	ごはん 牛乳		牛乳			白飯		820	Kcal g g g
		★いかフライのレモン煮	いか			ポッカレモン	砂糖 パン粉 小麦粉 でんぶん	大豆白絞油		
		高野豆腐のうま煮	鶏肉 高野豆腐 竹輪		人参	干し椎茸	砂糖			
		びり辛スープ	豚肉 豆腐 赤みそ		人参 チンゲン ツアイ にら	玉ねぎ わけ にんにく		菜種油		
14	水	牛乳		牛乳					771	Kcal g g g
		★キムタクごはん	豚肉			白菜キムチ つば漬 ねぎ	玄米ごはん	菜種油		
		しゅうまい	豚肉 鶏肉 たらすり身			玉ねぎ	でんぶん パン粉 砂糖 小麦粉			
		わかめスープ	豆腐	わかめ	小松菜 人参	えのきたけ		ごま		
		ファイバーヨーグルト		脱脂粉乳 全粉乳 クリーム 寒天			加糖練乳 砂糖			
15	木	牛乳		牛乳					813	Kcal g g g
		冬野菜カレー	牛肉		人参 ほうれん 草	にんにく しょうが 玉ねぎ 大根 れんこん	麦ごはん	菜種油		
		いかとひじきのサラダ	いか	米ひじき	人参	キャベツ もやし		ごま油		
16	金	ツイストパン 牛乳		牛乳			ツイストパン		872	Kcal g g g
		鶏肉のパン粉焼き	鶏肉	チーズ	パジル	にんにく	パン粉	オリーブ油		
		ほうれん草のソテー	まぐろ油漬		ほうれん草 人参	ホールコーン		コンソメ粉末		
		★レタスとウィンナースープ	ウィンナー			ぶなしめじ 玉ねぎ レタス		コンソメ粉末 しょうゆ		
19	月	鶏肉とコーンのピラフ 牛乳	鶏肉	牛乳	ピーマン	ホールコーン 玉ねぎ ぶなしめじ	白飯	菜種油	854	Kcal g g g
		あじフリッター	あじ	オキアミ あおさ			小麦粉 でんぶん 砂糖 米粉	大豆白絞油		
		豆乳スープ	ベーコン 愛知県産大豆 豆乳		人参 ブロッコ リー	玉ねぎ		コンソメ粉末		
20	火	りんごパン 牛乳		牛乳			りんごパン		763	Kcal g g g
		野菜オムレツ	卵 ベーコン 豆乳			玉ねぎ ぶなしめじ	じゃがいも	菜種油		
		コールスローサラダ			赤パプリカ	キャベツ きゅうり ホールコーン		マヨネーズ(卵 不使用)		
		野菜のコンソメスープ	鶏肉		人参 ブロッコ リー	玉ねぎ 白菜 大根		コンソメ粉末		
21	水	ごはん 牛乳		牛乳			白飯		829	Kcal g g g
		鮭のマヨネーズ焼き	鮭					マヨネーズ(卵 不使用)		
		じゃがいものそぼろ煮	豚肉		さやいんげん		じゃがいも 砂糖			
		みそけんちん汁	豆腐 白みそ 赤みそ		人参	大根 ごぼう わけ こ んにやく		鷹の素		

日	曜	献立名	主な材料とその働き						その他	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量			
			赤 体を作る		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる						
			魚・肉・卵・大豆・ 大豆製品	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	米・パン・ めん・いも・砂糖	油脂・種実					
22	木	牛乳		牛乳						787 27.1 21.7 2.3	Kcal g g g		
		鶏とキノコの混ぜごはん	鶏肉		人参	ごぼう まいたけ ぶなしめじ えのきたけ 枝豆 こんにゃく	白飯 砂糖		かつおダシ しょうゆ みりん風調味料				
		里芋コロッケ	鶏肉				さといも 砂糖 パン粉 小麦粉	大豆白絞油	みりん風調味料 しょうゆ				
		かぶの白みそ汁	油揚げ 白みそ	わかめ	人参 小松菜	かぶ ねぎ			鷹の素				
		みかん				みかん							
≪ 給食週間 ≫ 23日から29日の5日間は名古屋聾学校の給食週間です。日本各地の郷土料理を紹介します。 味わってみてください。													
23	金	みそ煮込みうどん・・・愛知県の郷土料理で、豆みそ（赤みそ）で鶏肉や野菜、うどんを煮込んだ料理。										832 31 25.1 2.9	Kcal g g g
		白玉うどん 牛乳		牛乳			白玉うどん						
		みそ煮込みうどん	鶏肉 油揚げ 赤みそ		人参	大根 白菜 ねぎ 干し 椎茸	砂糖		かつおダシ かつお コ チュジャン しょうゆ				
		花野菜のサラダ	まぐろ油漬		ブロッコリー 人 参	カリフラワー		マヨネーズ(卵 不使用)	味ぽん				
		鬼まんじゅう					さつまいも 砂糖 米粉	2					
26	月	石狩汁・・・北海道の郷土料理で、鮭の身やあらを野菜などと豪快に煮た漁師料理。										920 46.7 30.8 1.7	Kcal g g g
		ごはん 牛乳		牛乳			白飯						
		ザンギ	鶏肉			しょうが にんにく	でんぶん	大豆白絞油	料理酒 しょうゆ				
		野菜炒め			チンゲンツアイ 人参	もやし ぶなしめじ	でんぶん	菜種油	鳥がらだし しょうゆ				
		石狩汁	さけ角切 白みそ	昆布	人参	ごぼう キャベツ 玉ね ぎ ぶなしめじ ねぎ	じゃがいも		料理酒 鷹の素				
27	火	けいちゃん・・・岐阜県の郷土料理で、鶏肉にみそやしょうゆで下味を付けてキャベツなどの野菜と一緒に炒めた料理。										843 34.2 31.5 2.3	Kcal g g g
		ごはん 牛乳		牛乳			白飯						
		けいちゃん	鶏肉モモ あわせみそ		ピーマン 人参	キャベツ にんにく		菜種油	みりん風調味料 料理酒 しょうゆ				
		ひじきの骨太サラダ		米ひじき 小エ ビ	水菜	きゅうり 枝豆	砂糖	マヨネーズ(卵 不使用) ごま	穀物酢 しょうゆ こしょう				
		沢煮わん	豚肉 油揚げ		人参	大根 ごぼう たけのこ しいたけ ねぎ			鷹の素 しょうゆ うすくちしょうゆ				
28	水	芋煮・・・山形県の郷土料理で、里芋が主役の料理。大きい鍋で作って、みんなで食べる「芋煮会」という行事がある。										935 34.8 30 2.7	Kcal g g g
		ごはん 牛乳		牛乳			白飯						
		けんちんしののだの含め煮	豆腐 油揚げ 魚すり身	米ひじき	人参		砂糖 でんぶん	菜種油	かつおダシ 料理酒 しょうゆ				
		切干し大根のツナ和え	まぐろ油漬	塩こんぶ	水菜	切干大根 もやし レモン汁		ごま油	鳥がらだし ブラックペッ パー				
		芋煮	牛肉 生揚げ			ねぎ まいたけ ぶなしめじ こんにゃく	さといも 砂糖		鷹の素 しょうゆ みりん風調味料				
		ぶどうゼリー				ぶどう果汁	砂糖						
29	木	水炊き・・・お湯に骨ごと切った鶏肉や野菜を入れ煮込んだ、素材のうま味を味わう鍋。										866 36.4 29.5 2.7	Kcal g g g
		ごはん 牛乳		牛乳			白飯						
		いわしの味噌煮	いわし みそ			ねぎ	砂糖		本みりん				
		ほうれん草の煮びたし	油揚げ		ほうれん草 人 参	ぶなしめじ	砂糖		しょうゆ 料理酒 かつおダシ				
		水炊き	鶏肉 豆腐	昆布	人参	白菜 大根 ねぎ えの きたけ	糸こんにゃく		鷹の素 しょうゆ				
		いちごのムーズ		乳製品		いちご レモン果汁	砂糖						
30	金	ロールパン 牛乳		牛乳			ロールパン			857 32.6 30.1 3.8	Kcal g g g		
		★ミルメークココア							ミルメークココア				
		ハンバーグのトマトソース	牛肉 豚肉 鶏肉		トマト パセリ	玉ねぎ ぶなしめじ	砂糖 パン粉 でんぶん		コンソメ粉末 トマトケ チャップ ウスターソース				
		海藻サラダ	ロースハム(乳無)	海藻ミックス	赤パプリカ	キャベツ きゅうり	砂糖	ごま油 ごま	海藻ミックス しょうゆ 穀 物酢				
		野菜たっぷりコンソメスープ				玉ねぎ かぶ 白菜 ぶなしめじ	じゃがいも		コンソメ粉末				

※ 都合により、献立内容が変更になる場合があります。

ふゆやす かぜ
冬休みは風邪をひかずに過ごせましたか？

まだまだ、寒い日が続くので
手洗いうがいをしたり、
食事や睡眠をしっかりとって
元気にすごしましょう。

風邪予防



～卒業生リクエストメニュー～

1月・2月は卒業生のリクエストメニューを実施します。

★マークはリクエストメニューです。お楽しみに♪

