



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 28.1 21.6 2.7
		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 こんにゃく 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		
8	木	★やさいゼリー			人参汁	みかん果汁	砂糖		855 26.4 27 2.4
		ごはん 牛乳		牛乳			白飯		
		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 バン粉	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	
9	金	春雨スープ	鶏肉		チングンツアイ 人参	えのきだけ	綠豆はるさめ		島がらだし しょうゆ
		中華めん 牛乳		牛乳			中華めん		826 30.8 25.1 2.8
		★しょうゆラーメン	豚肉 うずら卵 なると		人参	白菜 もやし ねぎ しょ うが にんにく			
		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 チングン ツアイ	キャベツ きゅうり	砂糖	ごま油 ごま	島がらだし 米酢 しょうゆ
13	火	りんごゼリー				りんごピューレ りんご 果汁	砂糖		820 34.2 24.2 3.2
		ごはん 牛乳		牛乳			白飯		
		★いかフライのレモン煮	いか			ポッカレモン	砂糖 バン粉 小麦粉 でんぶん	大豆白絞油	みりん風調味料 しょうゆ
		高野豆腐のうま煮	鶏肉 高野豆腐 竹輪		人参	干し椎茸	砂糖		かつおだし しょうゆ みりん風調味料
14	水	ぴり辛スープ	豚肉 豆腐 赤みそ		人参 チングン ツアイ にら	玉ねぎ ねぎ にんにく		菜種油	コンソメ粉末 しょうゆ 料理酒 トウバンジアン
		牛乳		牛乳					771 31.2 20.9 3.5
		★キムタクごはん	豚肉			白菜キムチ つぼ漬 ねぎ	玄米ごはん	菜種油	料理酒 しょうゆ
		しゅうまい	豚肉 鶏肉 たらしり身			玉ねぎ	でんぶん バン粉 砂糖 小麦粉		しょうゆ
		わかめスープ	豆腐	わかめ	小松菜 人参	えのきだけ		ごま	島がらだし しょうゆ
15	木	ファイバーヨーグルト			脱脂粉乳 全粉乳 クリーム 麦天		加糖練乳 砂糖		813 30.6 22.8 3.5
		牛乳		牛乳					
		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	コンソメ粉末 カレー粉 カレール ウスターソース
		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	味ぽん
16	金	ツイストパン 牛乳		牛乳			ツイストパン		872 37 44.3 3
		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	料理酒
		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
		★レタスとワインナースープ	ワインナー			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	白ワイン こしょう コンソメ粉末
		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	しょうゆ
		豆乳スープ	ペーコン 愛知県産大豆 豆乳		人参 プロッコ 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		854 32.8 34.5 2.6
		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	コンソメ粉末
		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)	コールスロードレッシング
		野菜のコンソメスープ	鶏肉		人参 プロッコ 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		763 30.1 31.9 3.7
		鮭のマヨネース焼き	鮭					マヨネーズ(卵 不使用)	料理酒
		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		醤の素 しょうゆ みりん風調味料
		みそけんちん汁	豆腐 白みそ 赤みそ		人参	大根 ごぼう ねぎ こ んにく			醤の素

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		
		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		かつおだし 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			醤の素			
		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。										
		白玉うどん 牛乳		牛乳			白玉うどん			832 31 25.1 2.9		
		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		かつおだし 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			
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。										
		ごはん 牛乳		牛乳			白飯			920 46.7 30.8 1.7		
		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			チングンツアイ 人参	もやし ぶなしめじ	でんぶん	菜種油	島がらだし 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 醤の素			
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。										
		ごはん 牛乳		牛乳			白飯			843 34.2 31.5 2.3		
		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			醤の素 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。										
		ごはん 牛乳		牛乳			白飯			935 34.8 30 2.7		
		けんちんしのだの含め煮	豆腐 油揚げ 魚すり身	米ひじき	人参		砂糖 でんぶん	菜種油	かつおだし 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	島がらだし 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		醤の素 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。										
		ごはん 牛乳		牛乳			白飯			866 36.4 29.5 2.7		
		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	えのきにんにく		醤の素 しょうゆ			
30	金	いちごのムース		乳製品		いちご レモン果汁	砂糖			857 32.6 30.1 3.8		
		ロールパン 牛乳		牛乳			ロールパン					
		★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 截 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			

ふゆやす
冬休みは風邪をひかずに過ごしましたか？

かば
まだ大、寒い日が続くので

てあ
手洗いうがいをしたり、

しゃくじ
食事や睡眠をしっかりと
げんき

元気にすごしましょう。



※ 都合により、献立内容が変更になる場合があります。

そつぎょうせい
～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♪

