



令和7年 1月分献立表



豊川市学校給食課(学校給食センター)

日	曜	献立名	主な食品とその動き						メモ欄	
			赤／体を作る		緑／体の調子を整える		黄／エネルギーになる			
			1群 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 牛乳・乳製品 小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ	5群 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油脂・種実		
8	水	わかめごはん 牛乳 白玉ぞう煮 厚焼きたまご れんこん炒め		牛乳 わかめ 冷凍油揚げ かまぼこ 鶏卵	にんじん こまつな にんじん さやいんげん	はくさい 干しこいたけ ごぼう れんこん	ごはん さとう 白玉だんご さとう でんぶん さとう	油 油 油		
9	木	麦ごはん 牛乳 米粉のカレーライス ひじきと大豆のサラダ 福神漬		牛乳 ぶた肉 豆乳 水煮大豆 なた豆	にんじん ひじき しそ	たまねぎ コーン キャベツ だいこん うり なす れんこん きゅうり しょうが	ごはん 大麦 じゃがいも さとう	油 油	ごまドレッシング	
10	金	ごはん 牛乳 みそ汁 さばの竜田揚げ やさい炒め		牛乳 とうふ 冷凍油揚げ 赤みそ さば	はねぎ にんじん	だいこん たまねぎ えのきたけ しょうが もやし コーン	ごはん でんぶん でんぶん	油 油		
14	火	ごはん 牛乳 とり肉とやさいのケチャップ炒め煮 スパニッシュオムレツ フレンチサラダ		牛乳 とり肉 鶏卵 とり肉 フレンチドレッシング	にんじん かぼちゃ にんじん	たまねぎ エリンギ むきえだ豆 【たら いわし】 コーン キャベツ	ごはん じゃがいも でんぶん でんぶん さとう フレンチドレッシング	油 油		
15	水	ごはん 牛乳 煮みそ [いわしのすりみだんご] キャベツ入りつくね りんご ④角チーズ		牛乳 赤みそ いわしのすりみだんご [たら いわし] とり肉 かつおぶし	にんじん にんじん	だいこん こんにゃく ごぼう 根深ねぎ 【たまねぎ しょうが】 キャベツ しょうが りんご	ごはん さといも さとう 【でんぶん さとう】 でんぶん さとう 油			
16	木	愛知の米粉入りパン 牛乳 米粉のコーンクリームスープ とり肉のトマトソースかけ キャベツソテー		牛乳 豆乳 とり肉	パセリ 冷凍トマト	たまねぎ コーン クリームコーン キャベツ	愛知の米粉入りパン じゃがいも 米粉 さとう 油	油 油		
17	金	ごはん はっこう乳 五目きんぴら かつおのおかか煮 しんこあえ [たくあん漬]		はっこう乳 ぶた肉 かつお かつおぶし	にんじん はねぎ にんじん さやいんげん	おろししょうが ごぼう たけのこ こんにゃく しょうが キャベツ きゅうり たくあん漬 [だいこん]	ごはん さとう さとう でんぶん 【さとう】	油 いりごま はっこう乳:学校配達		
20	月	ごはん 牛乳 生揚げの甘辛炒め いわしのうめ煮 ごまあえ		牛乳 ぶた肉 揚げはん 冷凍生揚げ いわし	にんじん はねぎ にんじん	おろししょうが たまねぎ たけのこ 梅肉 キャベツ きゅうり	ごはん でんぶん さとう さとう でんぶん さとう	油 油 すりごま		
21	火	ごはん 牛乳 ユッケジャンスープ チヂミ やさいのナムル	コーヒー糖	牛乳 牛肉 赤みそ 白みそ ぶた肉 とり肉	にんじん にら ねぎ にんじん にんじん こまつな	だいこん たまねぎ しいたけ 根深ねぎ ねぎ もやし にんにく	ごはん コーヒー糖 でんぶん 米粉 さとう	油 油 油		
22	水	ごはん 牛乳 かきたま汁 米粉のほきフライ 糸切りこんぶの煮付け		牛乳 とうふ 液卵 ほき 揚げはん	にんじん 青じそ にんじん にんじん	たまねぎ 干しこいたけ さとう	ごはん でんぶん 米粉 さとう		豊川産青じその日	
23	木	麦ごはん 牛乳 やさいのふくめ煮 ぶた肉丼 みかん		牛乳 揚げはん こうやどうふ ぶた肉	にんじん さやいんげん	たけのこ 干しこいたけ おろししょうが たまねぎ こんにゃく みかん	ごはん 大麦 じゃがいも さとう さとう でんぶん 油			

24日(金)～30日(木)は全国学校給食週間です

●献立表のⒶは小学校、Ⓑは中学校です。 ●食物アレルギーの確認は加工食品アレルギー表示表をご覧ください。

●太字は愛知県で作られた食品です。

今年の給食週間のテーマ 市の児童生徒が考えた料理・

地場産物を使った料理を楽しもう！」

児童生徒対象の「地場産物を使用した学校給食開発コンクール」において、優秀賞を受賞した献立や郷土料理を中心に、農業がさかんな愛知県の食材を楽しめる献立を実施します。

給食週間に実施される「食べたらほっとする♪ちゃんぽん風クリーミー春雨スープ」「とよ川やさいたっぷり元気になる大葉いりホイコーロー」「やさいの甘み白マーク」「おやさいたっぷりませませケチャップごはん」は献立コンクール優秀賞受賞作

品です。

1月の「豊川産〇〇の日」

豊川でつくられた食材です！

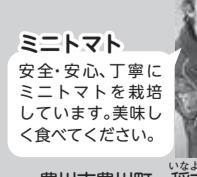
豊川でしつけられた食文化



キャベツ



いちご
新しい技術を取り入れ、愛情をこめて、いちごを作っています。甘くて、栄養たっぷりいちごをたくさん食べてくださいね。



ミニトマト
安全・安心、丁寧に
ミニトマトを栽培
しています。美味し
く食べてください。



給食レシピの紹介

とり肉とやさしいの牛ホルタッコ炒め煮

材料(4人分)		作り方	
サラダ油	小さじ1	たまねぎ	… 260g
とりむね肉(角切り)	… 140g	(1/2スライス)	A
酒	大さじ1/2	じゃがいも(角切り)	… 120g
にんじん (いちょう切り)	… 100g	エリンギ(せん切り)	… 40g
		むきえだ豆	… 20g
		・洋風だし	… 小さじ1
		・ソース	… 小さじ1弱
		・ケチャップ	… 大さじ2と1/2
		・しょうゆ	… 小さじ2
		・でんぶん	… 小さじ2
③やさしいに火が通ったら調味料A、エリンギ、むきえだ豆を加える			
④とりむね肉には酒をふっておく			

①どりむね肉には酒をふくつくおく。
キ、ひざねに豆を加える。
②サラダ油で①を炒めて火が通ったら、にん
じん、たまねぎ、じゃがいもを炒める。
④エリンギがしないりしたら水溶きでんぶ
んを加え、とろみをつけて仕上げる。

[View Details](#) | [Edit](#) | [Delete](#)



予定献立表・加工食品アレルギー表示表・給食レシピ・食材産地などは豊川市学校給食課のホームページでご覧いただけます。