



早寝・早起き・朝ごはん

多治見市教育委員会事務局食育推進課 Tel29-1662

食育センター Tel29-1663 昭和調理場 Tel22-6111 養正調理場 Tel28-1590 北栄北陵調理場 Tel27-8400

滝呂小学校 Tel22-0657 池田小学校 Tel22-0883 笠原中学校 Tel43-4165



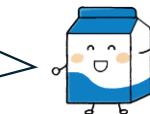
全国学校給食週間

日本の学校給食のあゆみ



1月24日から30日は、全国学校給食週間です。学校給食の内容は、時代とともに変化していますが、いつの時代でも変わらずに、『子どもたちが飢えることなく、おいしく食べて健康に成長できるように』という願いが込められています。

現在の学校給食は、子どもたちが、学校給食の献立を通して、食品の産地や栄養的な特徴を学んだり、教科で関連した食品や料理を食べて、学習内容を確認したりすることができます。



この言葉がうれしい



給食メニューを作ってみよう！

お肉そぼろのカレーソース

【材料】 4人分

★ににく 1かけ
★しょうが 1かけ
★豚ミンチ 100g
★お好みの香辛料 あれば少々
(オールスパイス、クローブなど)
★炒め油

★人参 80g(1/2本)
★玉ねぎ 200g(1個)
★塩こしょう 少々
★じゃがいも 120g(1個)
★きのこ 40g
★米粉 大さじ1
★水 400ml程度

調味料

★カレー粉
★しょうゆ
★ウスターーソース
★ケチャップ
★砂糖
★洋風スープの素

小さじ1/2
小さじ1
小さじ1
小さじ3
小さじ1/2
小さじ1

◆下準備◆

①ににく、しょうがはすりおろしておく。
②人参、玉ねぎは粗目のみじん切り、じゃがいもは短冊切り、きのこは食べやすい大きさに切っておく。

◆作り方◆

①鍋に油を入れ、ににくとしょうがを炒めて香り出しづける。
②豚ミンチ、香辛料を加え、パラパラになるように炒める。
③玉ねぎと塩こしょうを加えて、よく炒め、人参、きのこ、じゃがいもの順に炒めていく。
④野菜に火が通ったら、調味料を加えて、味付けをし、水で溶いた米粉でとろみをつけて完成。

※給食では、ソフト麺にかけて食べますが、ごはんにかけても、パンにのせててもおいしく食べられます。
※レバーソぼろや水煮大豆を刻んで入れると、不足しがちな鉄分などの栄養を補うことができます。



学校給食メニューコンクール受賞献立が給食に出ます！

岐阜県内の小学6年生を対象に、地場産物を使用した『学校給食メニューコンクール』が行われ、多治見市からもアイデアいっぱいの献立を多数応募しました。受賞献立の中から1月の給食献立に取り入れたメニューを紹介します。

ささみほうれん草のごま和え (昭和小)
チーズ入りえだまめかぼちゃもち (精華小)
切干大根のカリカリかき揚げ (小泉小)
豚肉と野菜の甘酢炒め (根本小)



給食に出る日には、このマークがつきます。楽しみにしていてくださいね。

パックンからの野菜メモ

野菜で、勉強を頑張る受験生を応援！！



ビタミンCたっぷり！
風邪予防！

鉄分たっぷり！酸素を運んで
集中力アップ！

ビタミンAたっぷり！
目の疲れを和らげる！

☆野菜をしっかり食べて、体調を整えることも受験勉強に大切なことだよ。



◆今月の岐阜県産の食材(予定)◆



◆今月の魚◆

＜切り身
角切りの魚＞
7日(水)たら
16日(金)ぶり
22日(木)にしん

＜丸ごと食べる魚＞
9日(金)味付け小魚
14日(水)ししゃも

たじっこ給食
たじっこごはんが、
9日、16日、23日に登場予定。お楽しみに！！

令和8年1月

ようちえん もりつけず

食育センター 養正調理場

月	火	水	木	金
				
12 成人の日	13 ポイルやさい ぶどうゼリー はくさいのクリームに(乳)(じょきょしょく) [主食] コッペパン(乳)	14 ししゃものいそべあげ ウインナーのてっなんやき(たれべづづけ) [主食] あじごはん	15 オイスターいため ブロッコリーのおかあえ すまじる [主食] むぎごはん	9 こざかなのごまがらめ こうはくなます [主食] たじっこごはん
19 ★ もやしのちゅうかあえ むしゅうまい [主食] むぎごはん とうふのちゅうかに	20 かぼちゃのサラダ ミートボールとポテトのスープに [主食] あげパン(乳)	21 いそかまめ はるさめのあえもの はんべんとだいこんのにもの [主食] ゆかりごはん	22 にしんのたつたあげ かぶのそぼろに しろみそしる [主食] むぎごはん	16 ぶりのてりやき りんご のっぺいじる [主食] たじっこごはん(ひじきのつくだに)
26▲きりぼしだいこんの カリカリかきあげ (ノンエッグ) ひじきのいたために ぶたじる [主食] むぎごはん	27 ちゅうかサラダ ぶたにくとやさいのあまずいため にらのスープ [主食] もちげんまいごはん	28 だいこんサラダ チーズいりえだめ かぼちゃもち(乳) ▲おにくぼろのカレーソース(ノンミルク) [主食] ソフトめん	29 けいちゃん きんぴらごぼう みぞれしる [主食] むぎごはん	23 あつあげのねぎみそにくがらめ ささみ ほうれんそうの ごまあえ [主食] たじっこごはん さわにわん
30 ▲ツナとおまめの マヨネーズやき (ノンエッグ) ミネストローネ [主食] くろしょくパン(乳)				

令和8年1月予定献立表

食育センター 養正調理場

日曜日	献立名			6つの食品群材料名(※6つの食品群をそろえてバランスの良い食事をしましょう)					
	しゅしょく	しゅさい	ふくさい・くだもの・デザート	血や肉になるもの		体の調子を整えるもの		熱や力のものになるもの	
7水	みそラーメン (いっしょくラーメン・ みそラーメンスープ)	たらのびりからあげ	ちゅうかあえ キャンディーチーズ(乳)(小中)	豚肉 ※たら	※牛乳 ※キャンディーチーズ(小中)	にら チンゲンサイ	しょうが にんにく キャベツ ※メンマ もやし きゅうり レタス	※一食ラーメン ※上新粉 ※でん粉 ※上白糖	※なたね油 ※ごま油
8木	むぎごはん	いかのハーブやき	ボルシチ ごぼうのソテー	豚肉 ※白いんげん豆 ※ひよこ豆 ※いか短冊	※牛乳	かぶの葉 ※カットトマト ピーマン	たまねぎ キャベツ 白かぶ セロリー しょうが にんにく ごぼう 冷凍コーン	米 麦 ※上白糖 ※上新粉	※なたね油 ※オリーブ油
9金	たじっこごはん	すきやき	こざかなのごまがらめ こうはくなます	豚肉 牛肉 ※かまぼこ ※焼き豆腐 ※フレーク節	※牛乳 ※味付け小魚	にんじん	たまねぎ はくさい えのきだけ 根深ねぎ だいこん	米 ※糸こんにゃく ※上白糖	※なたね油 ※白ごま
13火	セルフホットドッグ (コッペパン(乳)・ウインナーのてっぱんやき・ポイルやさい)		はくさいのクリームに(乳) ぶどうゼリー(幼小)	※ウインナー 鶏肉	※牛乳 ※チーズ	ピーマン かぶの葉	キャベツ 白かぶ はくさい たまねぎ しめじ	※コッペパン ※上白糖 ※でん粉 じゃがいも ※小麦粉 ※ぶどうゼリー(幼小)	※なたね油 ※有塩バター
14水	あじごはん	ししやものいそべあげ	ブロッコリーのおかかあえ すまじる ぶどうゼリー(中)	※油揚げ ※かつお削り節 鶏肉	※牛乳 ※ししゃも ※青のり粉 ※だしこんぶ	にんじん ブロッコリー	ごぼう きゅうり 冷凍コーン はくさい だいこん えのきだけ 根深ねぎ	米 麦 ※上白糖 ※小麦粉 ※ぶどうゼリー(中)	※なたね油
15木	むぎごはん	ちゅうかふうたまごやき	オイスターいため ごもくちゅうかスープ	※卵 ※かに風味かまぼこ 豚肉	※牛乳	にんじん バブリカ黄 チンゲンサイ	たまねぎ 根深ねぎ ※たけのこ水煮 れんこん にんにく キャベツ もやし 切きくらげ	※麦ごはん ※でん粉 ※上白糖	※ごま油 ※なたね油
16金	たじっこごはん (ひじきのつくだに)	ぶりのてりやき	くろまめ のつべいじる りんご	※ぶり ※黒大豆 鶏肉 ※フレーク節	※牛乳 ※ひじきの佃煮	にんじん	しょうが だいこん ごぼう 根深ねぎ ※りんご	米 上白糖 ※でん粉 ※中さら糖	※なたね油
19月	むぎごはん	むしゅうまい	とうふのちゅうかに もやしのちゅうかあえ	※しゅうまい ※冷凍角切り豆腐 豚肉 ※なんと	※牛乳 わかめ	チンゲンサイ こまつな	しょうが にんにく たまねぎ はくさい 干し椎茸 もやし	米 麦 ※上白糖 ※でん粉	※なたね油 ※ごま油 ※中華ドレ
20火	あげパン(乳)	ミートボールと ポテトのスープに	かぼちゃのサラダ	※ミートボール ※レンズ豆	※牛乳	にんじん かぼちゃ	キャベツ エリンギ たまねぎ カリフラワー きゅうり	※コッペパン ※グラニュー糖 じゃがいも	※なたね油 ※ごまドレ
21水	ゆかりごはん	いそかまめ	はんべんとだいこんのにもの はるさめのあえもの おいものだいふく(中)	※小玉はんぺん 鶏肉 ※フレーク節 大豆(小中) ※豆豆水煮(幼)	※牛乳 ※青のり粉	にんじん 冷凍さやいんげん チンゲンサイ	だいこん しょうが はくさい	米 麦 ※つきこんにやく 里芋 ※上白糖 ※春雨 ※お芋の大福(中)	※なたね油 ※和風ドレ
22木	むぎごはん	にしんのたつたあげ	かぶのそぼろに しろみそしる	※にしん 豚肉 ※油揚げ ※白みそ	※牛乳 ※煮干し	にんじん かぶの葉 こまつな	ににく しょうが 白かぶ 県産切干大根 たまねぎ	※麦ごはん ※でん粉 ※上新粉 ※上白糖 ※でん粉 じゃがいも	※なたね油
23金	たじっこごはん	あつあげの ねぎみそにくがらめ	ささみほれんそうのごまあえ 	ささみほれんそうのごまあえ 	※牛乳 ※糸こんぶ ※だしこんぶ	ほうれんそう にんじん	根深ねぎ キャベツ ごぼう だいこん	米 ※上白糖 ※でん粉	※なたね油 ※白すりごま ※白ごま
26月	むぎごはん	▲きりぼしだいこんのカリカリ かきあげ(ノンエッグ) 	ひじきのいために ぶたじる	※半月スライスちくわ ※大豆水煮 ※オイルソース 豚肉 ※油揚げ ※赤みそ	※牛乳 ※ひじき ※煮干し	にんじん 冷凍さやいんげん	県産切干大根 たまねぎ 冷凍コーン はくさい ごぼう 根深ねぎ	※麦ごはん ※小麦粉 ※上白糖 里芋	※なたね油
27火	もちげんまいごはん	ぶたにくとやさいの あまずいため 	ちゅうかサラダ にらのスープ	豚肉 ※あさり冷凍	※牛乳	バブリカ黄 にんじん プロッコリー にら	しょうが なす ※冷凍えだまめ れんこん たまねぎ はくさい ※たけのこ水煮	米 もち玄米 ※でん粉 ※上白糖	※なたね油 ※棒々鶏ドレ
28水	ソフトめん	▲おにくそぼろの カレーソース(ノンミルク)	チーズいりえだまめかぼちやもち(乳) 	豚肉 ※鶏レバーそぼろ	※牛乳 ※チーズ	にんじん かぼちゃ かぼちやべースト みずな	たまねぎ ※マッシュルーム水煮 ににく しょうが ※冷凍えだまめ だいこん	※ソフトめん じゃがいも ※上白糖 ※上新粉 ※でん粉	※なたね油 ※青じそドレ
29木	むぎごはん	けいちゃん	きんぴらごぼう みぞれしる おいものだいふく(小)	鶏肉 ※赤みそ ※雪だるま型かまぼこ ※フレーク節	※牛乳	にんじん	しょうが ににく キャベツ たまねぎ ごぼう はくさい えのきだけ 根深ねぎ だいこん	米 麦 ※糸こんにゃく ※上白糖 ※お芋の大福(小)	※なたね油 ※白ごま
30金	くろしょくパン(乳)	▲ツナとおまめの マヨネーズやき(ノンエッグ)	かいそうサラダ ミニストローネ	※オイルソース ※大豆水煮 ※大豆ベースト 豚肉	※牛乳 ※海藻ミックス	トマト ※カットトマト	たまねぎ 冷凍コーン レタス きゅうり キャベツ エリンギ セロリー ににく	※黒食パン じゃがいも ※上白糖	※なたね油 ※マヨネーズ (卵不使用) ※柑橘ドレ ※オリーブ油

 このマークがついている献立は、地場産物を活用した「私が考えた学校給食メニュークール」で入賞した献立です。

この献立表には調味料等記載されていないものがあります。アレルギーの確認は、「献立および材料表」と「原材料明細」を使用してください。

幼稚園、小・中学校のお休みは園、学校の行事予定をご確認ください。

「2026年1月分 学校給食 献立及び材料表」 (幼稚園) 食育センター 養正調理場 (単位:グラム)

日	1月9日 金	1月13日 火	1月14日 水	1月15日 木	1月16日 金	1月19日 月	1月20日 火	1月21日 水
献立及び材料	たじっこごはん	コッペパン(乳)	あじごはん	むぎごはん	たじっこごはん	むぎごはん	あげパン(乳)	ゆかりごはん
	米 60	※コッペパン 40	米 49.51	※麦ごはん 60.5	米 60	麦 6	※コッペパン 30	米 54
	牛乳	牛乳	麦 5.5	牛乳	牛乳	米 54	麦 6	※酒 0.67
	※牛乳 185	※牛乳 185	※食塩 0.2	※牛乳 185	※牛乳 185	牛乳	※グラニュー糖 2.8	※牛乳 0.67
	すきやき	ワインナーのてっぽんやき	※酒 0.67	ちゅうかふうたまごやき	ぶりのてりやき	※牛乳 185	※食塩 0.07	※食塩 0.21
	豚肉 10.5	※ワインナー 13.5	にんじん 3.5	※卵 38.5	※ぶり 40	むししゅうまい	※なたね油 3.5	※ゆかり粉 0.5
	牛肉 7	※なたね油 0.14	ごぼう 8.4	たまねぎ 14	じょうが 0.7	※しゅうまい(大) 30	※牛乳 185	水 64.32
	たまねぎ 14	たれべつづけ	※油揚げ 2.8	根深ねぎ 2.1	※しょゆ 0.7	とうふのちゅうかに	ミートボールとボテトのスープに	牛乳
	※糸こんにゃく 14	※ケチャップ 2.8	※しょゆ 2.35	※たけのこ水煮 7	※酒 1.4	※ミートボール 28	※牛乳 185	
	はくさい 28	※ウスターーソース 0.56	※液体かつおだし 0.27	※かに風味かまぼこ 7	※なたね油 0.35	豚肉 14	キヤベツ 24.5	はんぺんとだいこんのもの
	えのきたけ 10.5	※上白糖 0.07	※みりん 0.34	※鶏ガラスープ 0.21	※しょゆ 1.4	じょうが 0.7	じゃがいも 24.5	※小玉はんぺん 24.5
	※かまぼこ 7	※でん粉 0.14	※上白糖 0.27	※でん粉 0.35	※みりん 0.7	ににく 0.35	エリンギ 7	※つきこんにゃく 7
	根深ねぎ 7	水 2.1	※なたね油 0.28	塩コショウ 0.07	※上白糖 0.7	※なたね油 0.35	にんじん 7	里芋 10.5
	※焼き豆腐 17.5	ボイルやさい	牛乳	※ごま油 0.21	※でん粉 0.21	たまねぎ 17.5	たまねぎ 17.5	だいこん 28
	※フレーク節 0.35	キヤベツ 24.5	※牛乳 185	※なたね油 0.21	水 4.2	※なると 7	カリフラワー 10.5	にんじん 7
	※しょゆ 3.85	ピーマン 2.8	しあわせのいそべあげ	アルミカップ 1	くろまめ	はくさい 17.5	※洋風スープの素 0.56	鶏肉 10.5
	※みりん 0.7	塩コショウ 0.07	※ししゃも 20	たれべつづけ	※黒大豆 8.4	干し椎茸 0.21	塩コショウ 0.14	しょが 0.35
	※酒 0.7	※鶏ガラスープ 0.35	※青のり粉 0.14	※しょゆ 1.05	※中ざら糖 2.8	チングンサイ 7	※しょゆ 0.35	冷凍さやいんげん 3.5
	※上白糖 1.05	はくさいのクリーム(乳)	※小麦粉 3.5	※酢 0.42	※上白糖 0.07	※中華スープの素 0.35	ロリ工 0.01	※フレーク節 1.05
	※なたね油 0.35	鶏肉 17.5	※なたね油 3.5	※上白糖 0.42	※しょゆ 0.56	※上白糖 0.07	水 35	※みりん 0.7
	水 14	※白ワイン 0.35	プロッコリーのおかあえ	※でん粉 0.14	※食塩 0.07	※しょゆ 2.8	※なたね油 0.35	※酒 1.4
	こざかなのごまがらめ	白かぶ 7	プロッコリー 17.5	水 3.5	のっぺいじる	※ごま油 0.35	かぼちゃのサラダ	※しょゆ 3.15
	※味付け小魚 5.6	かぶの葉 2.1	きゅうり 7	オイスターいため	鶏肉 14	※酒 0.7	きゅうり 7	※上白糖 0.35
	※なたね油 0.04	はくさい 14	冷凍コーン 5.6	れんこん 17.5	だいこん 14	※でん粉 0.7	※レンズ豆 3.5	※なたね油 0.7
	※しょゆ 0.42	じゃがいも 17.5	※みりん 0.35	にんじん 8.4	ごぼう 14	塩コショウ 0.04	かぼちゃ角切り 21	水 28
	※上白糖 0.63	たまねぎ 17.5	※上白糖 0.21	パプリカ黄 2.1	にんじん 7	水 21	※ごまドレ 3.5	いそかめ
	※酒 0.42	しめじ 7	※しょゆ 1.05	ににく 0.21	根深ねぎ 7	もやしのちゅうかあえ		※大豆水煮 25
	※白ごま 0.28	※チーズ 1.4	※かつお削り節 0.21	塩コショウ 0.07	※フレーク節 1.4	こまつな 10.5		※なたね油 0.7
	水 0.06	※牛乳 21	すまじる	※鶏ガラスープ 0.14	※しょゆ 1.05	もやし 17.5		※上白糖 1.4
	こうばくなます	※有塩バター 2.8	鶏肉 10.5	※かき油 0.35	※淡口しょうゆ 1.05	わかめ 0.35		※青のり粉 0.14
	だいこん 26.6	※小麦粉 2.8	はくさい 14	※しょゆ 0.56	※みりん 0.7	※中華ドレ 3.5		※食塩 0.04
	にんじん 8.4	※洋風スープの素 0.56	だいこん 14	※なたね油 0.35				水 0.84
	※食塩 0.14	塩コショウ 0.14	えのきたけ 7	ごもくちゅうかスープ				はるさめのあえもの
	※酢 1.4	ロリ工 0.01	根深ねぎ 7	豚肉 10.5				チングンサイ 17.5
	※上白糖 1.05	※なたね油 0.35	※だしこんぶ 1.4	キヤベツ 14	りんご			※春雨 2.8
	水 21	※しょゆ 0.35	※しょゆ 0.35	もやし 10.5	※りんご 35			はくさい 10.5
	ぶどうゼリー(幼小)	※白しょうゆ 1.75	※食塩 0.07	チングンサイ 10.5	ひじきのつくだに			※和風ドレ 2.8
	※ぶどうゼリー 60	水	水	千切りくらげ 0.21	※ひじきの佃煮 8			
				※しょゆ 0.84				
				※中華スープの素 0.7				
				塩コショウ 0.07				
				水 77				
エネルギー 塩分		エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分	エネルギー 塩分
幼稚園 447 1.4		480 1.9	450 1.7	470 1.7	560 1.7	482 1.4	418 1.6	472 1.6

*エネルギーの単位はKcalです。

* 塩分の単位はgです。

*ドレッシングの表記は○○ドレになっています。

*食材の分量は、幼稚園の分量になっています。

*入荷都合等により、献立もしくは材料を変更する場合もありますので、ご了承下さい。

*牛乳は、精華愛児幼稚園・明和幼稚園はBIN牛乳(180ml)、養正幼稚園はパック牛乳(200ml)です。