



# 令和7年度 1月

## 給食献立表

各務原市立蘇原中学校

★衛生面や安全性、物資の都合などにより、献立や食材を変更することがあります。  
★学校給食では、「学校給食地産地消推進事業」により、県、市町村、JA中央会から一部助成を受けています。  
★参照:少年写真新聞社

### 8日(木)正月料理

煮なます	ブリの三河みりん焼き	小松菜の煮びたし	抹茶ビーンズ
麦ごはん	白玉雑煮	麦ごはん	卵なし関東煮

### 9日(金)

小松菜の煮びたし	抹茶ビーンズ		
麦ごはん	卵なし関東煮		

12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)
<b>成人の日</b> 	わかめサラダ ポークシューまい 	もやしのソテー さつまいも チップス 	小松菜のおかか煮 三色サケそぼろ 	ワカサギフリッター 
	麦ごはん 麻婆豆腐 	ソフト麺 ミートソース 	麦ごはん みぞれ汁 	野菜ゼリー 
<b>19日(月)学校給食週間</b> サワラのブロッコリーサラダ 香草焼き 	塩昆布あえ ザンギ ヨーグルト 	れんこんの炒め煮 エビ フリッター 	みかん 糸寒天のサラダ 福神漬け 	高野豆腐のサケのもみじ焼き 炒め者 
	麦ごはん どさんこ汁 	うどん みそうどんの具 	麦ごはん 奥美濃カレー 	御膳もみごはん まごわやさしい汁 
<b>26日(月)</b> ごぼうサラダ ミルメーク 	切干大根の炒め煮 サバの塩焼き りんご 	大根と豚肉の中華煮 春巻き 	ひじきの厚揚げの肉みそかけ 炒め煮 	ぶどうゼリー ホキフライ 
	麦ごはん 湯葉のすまし汁 	中華麺 タンタン麺の具 	麦ごはん 昆布汁 	キムチチャーハン トックスープ 



## 1月19日~23日は学校給食週間です。

学校給食は、明治22年(1889年)に山形県の忠愛小学校で貧困児童を対象に無償で昼食を提供したのが始まりです。現在では、子どもたちの食生活を取り巻く環境が大きく変化しています。こうした中、学校給食は、子どもたちが食に関する正しい知識と望ましい食習慣をつけるために重要な役割を果たしています。



### 今年度のテーマ スポーツの祭典



#### 1月19日(月)イタリアの料理 (2026年冬季オリンピック開催国)



トマトやチーズ、オリーブオイルを使った料理が特徴です。サワラの香草焼きは、いろいろなハーブを使って、こんがり焼きます。また、イタリアは、ブロッコリーの原産地です。

#### 1月20日(火)北海道の料理 (1972年冬季オリンピック開催地)



広大な大地がひろがる北海道は、その環境を生かした漁業や農業がさかんです。「どさんこ」とは漢字で「道産子」と書き、北海道で生まれたものという意味があります。じゃがいもやトウモロコシなど、北海道の特産物がたくさん入った汁物です。北海道では、鶏肉のから揚げのことを「ザンギ」といいます。

#### 1月21日(水)愛知県の料理 (2026年アジア競技大会開催地)



愛知県を代表する調味料「八丁味噌」を使ったみそ煮込みうどんが有名です。愛西市はれんこんの生産地です。

#### 1月22日(木)岐阜県の料理 (2025年ねんりんピック開催地)



奥美濃カレーとは、隠し味に郡上みそを使ったカレーです。寒天は、恵那市山岡町が生産量日本一です。

#### 1月23日(金)特別栽培米である各務原のお米「御膳(ごぜん)糀(もみ)」を使った献立



御膳糀とは、江戸時代に徳川将軍に献上されていた特別なお米で、市内で生産されていたお米です。昨年、各務原市のJAの方や農家の方々によって試行錯誤の末、多く収穫できるようになりました。今年は、御膳糀ご飯に合う、岐阜県産の食材を使った料理を組み合わせました。

### 伝えよう日本の味 《おせち料理》

おせち料理は、正月に食べるお祝い料理です。「めでたさを重ねる」という意味で縁起をかつぎ、重箱につめて出します。それぞれの料理には一年を健康に、そして幸せに暮らすための願いが込められています。

### 《雑煮》

雑煮は前の年の収穫や家族の無事に感謝し、新しい年も無事に過ごすことができるようという願いを込めて一年の始まりに食べます。地域によって材料や味付け、餅の形が違います。一般的に東日本では四角い切り餅を、西日本では丸餅を使い、汁の味は関東はすまし汁、関西は白みそ仕立てが多いと言われます。

