



1月分学校給食予定献立表

川越市立今成学校給食センター TEL223-0891

川越第一中 富士見中 野田中 大東中 大東西中 霞ヶ関中
霞ヶ関東中 霞ヶ関西中 川越西中 名細中 鯨井中

令和7年

日	曜	献立		主 な 分 類		
				※使用している全ての食品を記載しているわけではありませんのでご了承ください。		
		主食・牛乳	おかず	炭水化物・脂質	たんぱく質・無機質	ビタミン
10	金	ごはん 牛乳	昆布ふりかけ 肉と大根の炊き合わせ つくね(2)	ごはん じゃが芋 でん粉 砂糖 油 パン粉	牛乳 豚肉 とり肉	さやいんげん 大根 玉ねぎ 人参
14	火	中華めん 牛乳	みそラーメン きなこ揚げパン ごぼうサラダ	中華めん 砂糖 油 パン ドレッシング	牛乳 きなこ 豚肉 みそ	キャベツ きゅうり ごぼう しょうが とうもろこし もやし 人参 にんにく 長ねぎ
15	水	丸パン 牛乳	ABCスープ 照り焼きハンバーグ コーンと枝豆のソテー	パン マカロニ でん粉 砂糖 油	牛乳 豚肉 ベーコン とり肉	枝豆 キャベツ 玉ねぎ とうもろこし 人参
16	木	ごはん 牛乳	ドレッシング カレーライス ホットチキンサラダ	ごはん じゃが芋 ごま 油 ルウ ドレッシング	牛乳 豚肉 とり肉	キャベツ きゅうり 玉ねぎ とうもろこし 人参 ケチャップ
17	金	ごはん 牛乳	しょうゆ さつま汁 いかの天ぷら かりかり抹茶豆	ごはん さつま芋 砂糖 油 小麦粉	牛乳 大豆 きなこ 油揚げ とり肉 みそ いか	ごぼう しょうが 大根 人参 長ねぎ
20	月	ごはん 牛乳	白玉雑煮 さばのごま照り煮 きんぴらごぼう	ごはん もち 砂糖 ごま油 油 ごま	牛乳 なると とり肉 さば	ごぼう 小松菜 大根 人参
21	火	黒パン 牛乳	チンゲン菜のミルク煮 ポークソーセージ 小江戸みつば入りツナマヨサラダ	パン 黒砂糖 マカロニ ごま ごま油 油 ドレッシング ルウ	牛乳 まぐろ とり肉 ポークソーセージ	切干大根 チンゲン菜 人参 みつば もやし しめじ
22	水	ごはん 牛乳	ソース 川越たっぷりみそ汁 太刀魚フライ 人参村長の山吹和え	ごはん 里芋 ごま油 油 パン粉	牛乳 油揚げ かつお節 豚肉 とり肉 卵 みそ 太刀魚	かぶ 玉ねぎ チンゲン菜 人参
23	木	ごはん 牛乳	じゃが豚キムチ えびシューマイ(2) もやしの中華炒め	ごはん じゃが芋 砂糖 ごま ごま油 油 小麦粉	牛乳 豚肉 えび たらすり身	こんにやく 玉ねぎ とうもろこし にら 人参 白菜 もやし きくらげ
24	金	ごはん 牛乳	ソース のっぺい汁 メンチカツ ひじきのピリ辛炒め	ごはん 里芋 でん粉 砂糖 油 パン粉	牛乳 厚揚げ ひじき 豚肉 とり肉	こんにやく ごぼう 大根 人参 ビーマン 玉ねぎ
27	月	ツイストパン 牛乳	ドレッシング スパゲティナポリタン チキンナゲット(2) ホットキャベツ	パン スパゲティ 油 ドレッシング 小麦粉	牛乳 ハム ベーコン とり肉	キャベツ 玉ねぎ 人参 ビーマン マッシュルーム トマトピューレ ケチャップ
28	火	ごはん 牛乳	肉豆腐 いわしのみぞれ煮	ごはん でん粉 砂糖 油	牛乳 豆腐 豚肉 いわし	しらたき さやいんげん 玉ねぎ 人参 長ねぎ 大根
29	水	ごはん 牛乳	せんべい汁 豚肉のしょうが焼き ヨーグルト	ごはん 南部せんべい でん粉 油	牛乳 豚肉 とり肉 ヨーグルト	ごぼう 小松菜 しょうが 大根 玉ねぎ 人参 長ねぎ ビーマン しいたけ
30	木	食パン 牛乳	ポークピーンズ ツナサンド	パン じゃが芋 油 ドレッシング	牛乳 大豆 まぐろ 豚肉	グリーンピース 玉ねぎ とうもろこし 人参 トマトピューレ ケチャップ
31	金	ごはん 牛乳	ノンエッグ タルタルソース 玉ねぎと卵のスープ チキン南蛮(2) 水菜と切干大根のサラダ	ごはん でん粉 砂糖 ごま油 油 ノンエッグタルタルソース	牛乳 わかめ なると 豚肉 ハム 卵 とり肉	水菜 切干大根 玉ねぎ 人参 ほうれん草

都合により献立を変更することがあります。

主な分類欄は、食用用として使用している主な食品を記載しています。詳しい内容が必要な方は、給食センターにお問い合わせください。

平均栄養量 エネルギー 766 kcal
たんぱく質 30.9 g

1月24日から30日は全国学校給食週間です！

【全国学校給食週間とは？】

全国学校給食週間は、学校給食の意義や役割についての理解を深め、関心を高めるための1週間です。

【学校給食の歴史】

日本の学校給食は明治時代、山形県にある私立忠愛小学校で昼食を持参できない子どもたちに、おにぎりと塩鮭、漬物を用意したことから始まりました。その後、全国に広まってきましたが、戦争の影響で実施できなくなってしまいました。

戦後、子どもたちの栄養状態が悪化したことから、1946年に給食が再開されました。当初、アメリカから給食用物資の贈呈式が行われた12月24日を「学校給食感謝の日」としましたが、現在は、冬休みと重ならないように1月24日から1週間を「全国学校給食週間」としています。

この1週間を通して、食べることの大切さを理解し、食べ物や給食に関わる人々の思いや苦労に感謝して給食の時間を過ごしてください。



川越の名産！ 小松菜

「小松菜」の名前の由来を知っていますか？江戸時代の将軍、徳川吉宗が江戸の小松川村で食べたこの菜を気に入り「こまつな」と名付けたといわれています。小松菜は川越の土質に合い、シーズンを問わず栽培されていますが、霜にあたる今が旬。より一層甘くなります。

茹ですずにサラダとしても食べられる小松菜。素材の甘味を味わってみてください。

問い合わせ 農政課 224-5939

川越産農産物(予定)

ほうれん草
里芋、人参
チンゲン菜
ごぼう、小松菜
水菜、みつば



【献立作成時のねらい】



各地の産物や、日本の食文化を知ろう
～日本各地の郷土料理を取り入れる～

【献立紹介】

- さつま汁(鹿児島)
薩摩地方で食べられている鶏肉を使用したみそ汁のことです。
- せんべい汁(青森県)
青森県の八戸市を中心によく食べられている料理です。
- チキン南蛮(宮城県)
揚げた鶏肉に甘酢をかけた料理です。
ノンエッグタルタルソースをかけて食べてください。
- 川越たっぷりみそ汁(川越市の農産物)
川越産の里芋とチンゲン菜を使用する予定です。
- 小江戸みつば入りツナマヨサラダ(川越市の農産物)
川越産のみつばを使用する予定です。ツナマヨとの相性バッチリ！
- かりかり抹茶豆(川越市の農産物)
河越茶を使用して作っています。香りを楽しんでください！



【食べ方によせて】

- ホットチキンサラダ
- ホットキャベツ

ドレッシングでよく和えてから配食してください。

全国学校給食週間にちなみ、学校給食を紹介したパネル展示やレシピの配布を行います。ぜひ、お立ち寄りください。
日時：令和7年1月24日～30日 9時30分～18時15分
場所：川越市民サービスステーション(U_PLACES3階)