



令和8年1月分 学校給食予定献立表

＜今月の献立テーマ＞

郷土料理について知ろう

東海市立学校給食センター

※食物アレルギーに関して学校給食の対応が必要な方は、アレルギー対象食品使用献立一覧表をご確認ください。

材料等の都合により、献立を変更する場合があります。

給食回数
16回

基準値 650
26.8

今月の愛知県産の食べ物

こまつな キヤベツ きゅうり だいこん きりぼしだいこん かぶ しらす
にんじん ねぎ はくさい カリフラワー うずらたまご だいす にぎす
なす ほうれん草 は東海市産

「にぎす」は、深い海に住む魚です。「きす」に似ていることから、「にぎす」という名前がつきました。



9日(金)
トマトの日
トマト肉じゃが



19日(月)
東海市

給食だよ!

令和8年 1月号

東海市立学校給食センター



1月26日(月)～30日(金)は 東海市の学校給食週間

学校給食週間とは、学校給食の長い歴史を振り返り、給食に携わる人たちの苦労や努力を知って、学校給食の意義や役割について理解と関心を深める1週間です。

テーマは
**「日本各地や世界の郷土料理と
産物を知ろう」です！**



26日(月) **京都府**

**「ご飯・さわらの西京焼き・
キャベツのしば漬け和え・大根と厚揚げのたいたん」**

西京焼きは、京都発祥の白みそに魚を漬けて焼く料理です。しば漬け和えは、京都の特産品「京漬物」の一つであるしば漬けを野菜と和えてゆかり和え風にしています。大根と厚揚げのたいたんの「たいたん」とは、「煮いたもの」という意味があり、いろいろな食材を煮込んだ煮物のことを「たいたん」と呼びそうです。

27日(火) **福井県**

**「ご飯・ソースカツ・
こっぱなます・打ち豆汁」**

ソースカツは、福井のB級グルメとして知られるソースカツ丼をイメージしています。こっぱなますの「こっぱ」とは、木を切ったときで木くずのことで、食材を細かく切った形が似ていることから「こっぱなます」という名前がつけられたそうです。打ち豆汁の「打ち豆」とは、大豆を蒸して木づちで潰し、花型にして乾燥させたものです。たんぱく質をしっかりとって、寒さを乗り越えるために欠かせない料理だとされています。

28日(水) **高知県**

**「ご飯・かつおのおかか煮・なすのしょうが炒め
・ぐる煮・さつまいもスティック」**

高知県では県の魚にかつおが指定されていることにちなんで、かつおのおかか煮にしました。また、なすとしょうがの出荷量が全国1位のため、2つの野菜を使った炒め物です。ぐる煮の「ぐる」は、高知県の方言で「仲間」「みんな」という意味があり、同じ大きさに切ったさまざまな具材と一緒に煮込むことから名付けられました。さらに、高知県はさつまいもの産地でもあるので、デザートはさつまいもスティックです。

30日(金) **インド (アジア大会応援給食)**

**「麦ご飯・キーマカレー・チキンのハーフ焼き・
カチュンバルサラダ・ヨーグルト」**

2026年に愛知県でアジア競技大会が開催されます。東海市はカバディというインド発祥のスポーツの会場になっているので、インド料理を取り入れました。キーマカレーはひき肉を使用したカレーで、インドで親しまれています。カチュンバルサラダは、インドの家庭でよく作られているサラダで、レモン汁やチリパウダーを使ったインド風ドレッシングが特徴です。また、「ダヒ」と呼ばれる家庭で手作りするヨーグルトがよく食べられていることから、デザートはヨーグルトです。

29日(木) **愛知県**

**「ご飯・しらす入りコロッケ・
小松菜のごま和え・ひきずり」**

ひきずりは、名古屋でのすき焼きの呼び方です。すき焼き鍋の上で肉をひきするようにして食べたことが由来しています。毎年大みそかにはひきずりを食べて、その年のうちに年末まで引きずってきた悪いものを片づけてから新年を迎えるという習慣があります。しらす入りコロッケに入っているしらすは愛知県でとれたものです。