

学校給食予定献立表

吹田市教育委員会

令和8年1月分(2026年)

1月24日(土)から1月30日(金)までは給食週間です。

☆給食ができあがるまでには、たくさんの人たちが働いています。

食べ物の大切さを考えて、残さず食べましょう。



栄養三色

●黄色の食品「エネルギーになる」

穀類、いも、砂糖、油脂、種実

●赤色の食品「体をつくる」

魚、肉、卵、大豆、牛乳、海そう

●緑色の食品「体の調子をととのえる」

野菜、きのこ、果物

実施日	献立名	食品名	g	栄養色	食品名	g	栄養色	実施日	献立名	食品名	g	栄養色	食品名	g	栄養色
9日(金)	ちらしずし	精白米	75	黄	里芋	15	黄	20日(火)	あつあげマーボーどん	ごはん	80	黄	トウバンジャン	0.08	黄
	ぎゅうにゅう	ちりめんじゃこ	5	赤	大根	20	緑		ぎゅうにゅう	鶏肉	45	赤	水	0.5	黄
	かんさいふうおそうに	にんじん	5	緑	にんじん	10	緑		ちゅうかスープ	小松菜	20	赤	鶏肉	5	赤
	くろまめ	ごぼう	2	黄	白味噌	8	赤			はくさい	20	赤	にんじん	25	赤
		うすくちしょうゆ	5	黄	赤味噌	8	赤			にんじん	0.5	赤	チンゲンサイ	10	緑
13日(火)		さとう	1.5	黄	だし昆布	0.3	赤	21日(水)		干し椎茸	10	緑	塩	0.2	黄
		みりん	0.5	黄	削り節	3	赤			ごしょう	10	赤	うすくちしょうゆ	0.01	黄
		削り節	0.5	黄	水	120	赤			にんにく	5	赤	だし昆布	3.2	赤
		水	20	黄	黒大豆(乾)	7	赤			なたね油	0.3	黄	削り節	0.3	赤
		酢	0.3	黄	ごいくちしょうゆ	0.2	黄			さとう	0.5	黄	水	130	黄
14日(水)		さとう	1.5	黄	さとう	4	黄	22日(木)		ごしょう	0.8	赤	ごま油	0.3	黄
		だし昆布	0.3	黄	水	30	黄			鶏肉	2	赤			
		煮込みもち	30	黄						鶏肉	10	赤			
										鶏肉	10	赤			
										鶏肉	10	赤			
15日(木)								23日(金)		鶏肉	10	赤			
										鶏肉	10	赤			
										鶏肉	10	赤			
										鶏肉	10	赤			
										鶏肉	10	赤			
16日(金)								26日(月)		鶏肉	10	赤			
										鶏肉	10	赤			
										鶏肉	10	赤			
										鶏肉	10	赤			
										鶏肉	10	赤			
19日(月)								27日(火)		鶏肉	10	赤			
										鶏肉	10	赤			
										鶏肉	10	赤			
										鶏肉	10	赤			
										鶏肉	10	赤			

実施日	献立名	食品名	g	栄養色	食品名	g	栄養色
28日(水)	ごはん	精白米	80	黄	ウスターソース	2.5	黄
	ぎゅうにゅう	わかめ(塩)	3	赤	澱粉	0.5	黄
	みそしる	じゃがいも	30	黄	水	40	
	にこみハンバーグ	玉ねぎ	15	緑			
29日(木)		にんじん	10	緑			
		青ねぎ	5	緑			
		赤味噌	9	赤			
		煮干し	2.5				
30日(金)		水	120	赤			
		ハンバーグ(冷)	120	赤			
		玉ねぎ	15	緑			
		なたね油	0.5	黄			
28日(水)		トマトケチャップ	8				
29日(木)							
30日(金)							

令和7年度 児童応募献立

～ こんなきゅうしょく あったらしいな～

✕応募結果について✕

市内35小学校の6年生からたくさんの応募をいただき、応募総数は3,096通でした。

今回採用された献立は5献立で2月から3月の給食に取り入れます。

児童応募献立の取り組みについての詳細は保健給食室ホームページに掲載していますのでご覧ください。

- 「キムチうどん」
千里第一小学校 6年2組 松村 咲希 さん
- 「白菜ときのこの豆乳タンタンスープ」
岸部第二小学校 6年1組 藤井 勇吏 さん
- 「ほうとうふスープ」
山田第三小学校 6年2組 守田 惇真 さん
- 「ちくわの米粉カリッとCurryあげ」※献立の表記はカレーです
南山田小学校 6年1組 脇野 真千子 さん
- 「トポギ・ザ・みたらし」
千里丘北小学校 6年1組 芝 慶真 さん

有機野菜

吹田市では小学校給食で使用する野菜の一部を可能な範囲で有機野菜(にんじん・じゃがいも・玉ねぎ・小松菜等)を使用しています。

12月は、有機農業の日(にち)にちなんで、有機野菜を積極的に使用しました。

- 12月1日: 小松菜
- 12月8日: にんじん、玉ねぎ
- 12月11日: にんじん、玉ねぎ
- 12月12日: 玉ねぎ
- 12月17日: じゃがいも
- 12月23日: にんじん

1月以降も有機野菜を毎月使用していく予定です。

※有機農業とは、化学肥料や化学農薬を原則使わず、可能な限り環境に配慮した栽培方法であり、土壌環境や生物の多様性など農業生態系を守ることにつながります。

全国学校給食週間について

1月24日(土) 30日(金)

戦争中、食べ物が少なくなり中断していた学校給食が、1946年12月24日に再開されました。

再開するために助けてくださった方々への感謝の気持ちから、12月24日を「学校給食感謝の日」としていましたが、冬休みに入るため、1か月遅らせて、1月24日以降の1週間を「全国学校給食週間」としました。

毎年、各地で様々な行事やとりくみが行われていますが、給食が出来るまでにかかわっている人たちのことや、食べ物の大切さについて考える機会にしようというのが、今の目的になっています。

ご家庭でも子どもたちと一緒に、健康を守る「食」について話し合う機会にしてください。

地産地消

地産地消の取り組みの一環として1月27日(火)28日(水)30日(金)は北摂で取れたお米「地場産精白米」を使用する予定です。品種は「ヒノヒカリ」です。

給食で使用する精白米は、様々な検査を実施し、給食で使用する量を確保したもので、学校給食に安定した供給ができるお米として選定されています。

給食レシピ

～1月の献立から～

納豆のかき揚げ

～納豆が苦手な人でも食べやすい献立です～

22日(木)

<作り方> (材料と分量は献立表を参考にしてください。)

- ①ちくわ: 半月切り 玉ねぎ: 薄切り 人参: 千切り
カットわかめ: そのまま使用
- ②小麦粉・澱粉(片栗粉)・水・塩を混ぜて衣を作る。
- ③具と②を混ぜ合わせ、形を整えて160℃の油で揚げます。

<アレルギーの対応に関するお知らせ>

卵・乳・小麦の一部の除去食を実施しています。

除去食を希望される場合は、所定の書類の提出が必要となりますので、学校に申し出てください。

- アレルギー対応の献立表や、加工食品の配合表が必要な方は、こちらの二次元コードからご覧ください。
- 給食で「えび・かに・くるみ・そば・落花生(ピーナッツ)・アーモンド・あわび・いくら・カシューナッツ・キウイフルーツ・バナナ・マカダミアナッツ・やまいも」は、そのものでの提供や加工品に含まれることはありません。
- 給食で使用する「海藻類・小魚類」は、えび・かに・いか等の海産物が混ざる漁法で採取していますので、付着している可能性があります。
- 筒切りの魚は、まれに卵が残ることがあります。

【献立表の記載について】

- ①同一献立の別配分は、食品名欄に< >で示しています。例: 14日(水)
- ②食品名欄の実線の区切りは、各献立に使用している食品を示しています。
- ③飲用牛乳は毎日つくので、食品名欄には記載していません。

保健給食室 ホームページ ※本市の小学校給食に関する情報は、こちらの二次元コードからご覧いただけます。

※献立の材料は天候などの影響により、やむを得ず変更することがありますので、御了承ください。