



1月 給食だより



曜	行事	献立名	
7	火 始業の日1限後全校集会(三修制授業なし)	牛乳 ハヤシライス 海藻サラダ オレンジ	
8	水 教育相談週間(短縮授業)三修制開始	牛乳 麦ごはん 韓国風肉じゃが ビーフンサラダ キムチスープ	
9	木	牛乳 麦ごはん とんカツ ゆかり和え こんにゃくのきんぴら なめこの味噌汁 りんご	
10	金	【鏡開き献立】牛乳 麦ごはん 魚の揚げ煮 なます 筑前煮 白玉雑煮	
14	火 ボウリング大会	給食はありません	
15	水	牛乳 麦ごはん 白身魚のフライ ポテトサラダ キャベツのソテー たまごスープ	
16	木	牛乳 豚丼 和風サラダ 角麩のすまし汁	
17	金 情報技術検定	牛乳 麦ごはん 厚揚げの肉味噌がけ のり酢和え れんこんのきんぴら みぞれ汁 デコボン	
20	月	牛乳 麦ごはん わかさぎのから揚げ 磯香和え じゃが芋のごま煮 豚汁	
21	火	牛乳 麦ごはん 麻婆豆腐 春雨サラダ ワンタンスープ	
22	水	牛乳 麦ごはん 魚の南部焼き 千草和え ひじきの甘辛炒め 玉ねぎの味噌汁 アシドミルク	
23	木	牛乳 スパゲティツナトマトソース 大根サラダ ポテトスープ オレンジ	
24	金	学校給食週間	牛乳 和風ピラフ 円空里芋コロッケ 白菜の生姜和え 昆布豆 かきたま汁
27	月		牛乳 麦ごはん 酢豚 もやしのナムル 春雨スープ
28	火		牛乳 麦ごはん 虹鱈の蜂蜜甘だれ 小松菜のごま和え 大根と豚肉の煮物 舞茸の味噌汁
29	水		牛乳 麦ごはん 豚肉と大豆の味噌がらめ ほうれん草の和え物 麩のすまし汁
30	木		牛乳 米粉パン ジャム オムレツ グリーンサラダ ポトフ ぎふだもんみかんゼリー
31	金 学年末考査(4年・3年三修制)(~2月5日迄)	牛乳 麦ごはん 鯛の梅煮 ピーナッツ和え きんぴらごぼう 玉ねぎと豆腐の味噌汁 チーズ	

【岐阜県定時制高校給食目標】 感謝して食べましょう！！

大垣工業高等学校定時制
給食予定日数:17日

今年巳(へび)年！

へびは、食べる時に獲物を丸のみしますが、皆さんは、よくかむことを意識して感謝して味わって食べましょう。



- ・献立は都合により変更することがあります。
- ・学校給食に使われる県産農産物には、JAグループ、市町村、及び県による助成が行われています。
- ・「学校給食地産地消推進事業」は学校給食において県産農産物を積極的に活用することを通じて、少年期からの食農教育を推進することを目的としています。
- ・お米は、岐阜県産「はつしも」「こしひかり」を使用しています。
- ・給食には毎回、牛乳が付きまます。

1月24日~30日は、全国学校給食週間です！

日本の学校給食は、明治22年、山形県鶴岡町（現：鶴岡市）の私立忠愛小学校で提供されたのが始まりとされています。その後、各地に広まったものの、戦争による食料不足で中断されてしまいました。

戦後、子どもたちの栄養不足を改善するため、昭和21年にアメリカの支援団体「LARA（アジア救済公認団体）」から、給食用物資の寄贈を受けて、翌年1月から学校給食が再開されることになりました。昭和21年12月24日に、東京都内の小学校で給食用物資の贈呈式が行われたことから、この日を「学校給食感謝の日」としましたが、昭和25年度からは、冬季休業と重ならない1月24日~30日までの1週間を「全国学校給食週間」とすることが定められました。

全国学校給食週間を通して、学校給食の意義や役割などを皆さんに知ってもらい、学校給食についてあらためて考える機会にしてほしいと思います。

[献立表]

2025年 1月

大垣工業高等学校定時制

日	主食	牛乳	おかず	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	たんぱく質 脂質 食塩相当量
7 火	ハヤシライス	○	海藻サラダ オレンジ	豚小間肉, 牛乳, 海藻ミックス	米, 麦, なたね油, デミグラスソース, サラダこんにやく	玉葱, にんじん, マッシュルーム水煮, グリーンピース, トマト缶, だいこん, きゅうり, オレンジ	844 kcal 29.1 g 25.8 g 3.9 g
8 水	麦ごはん	○	韓国風肉じゃが ビーフンサラダ キムチスープ	牛乳, 豚小間肉, 糸かまぼこ, 豆腐	米, 麦, ごま油, じゃがいも, 三温糖, ビーフン, マネータイプ調味料	にんじん, にら, きゅうり, ねぎ, キム チ漬け, だいこん, えのきたけ	812 kcal 30.7 g 21.8 g 3.1 g
9 木	麦ごはん	○	とんかつ ゆかり和え こんにやくのきんぴら なめこの味噌汁 りんご	牛乳, ロース豚カツ, 豆腐, 油揚げ, カットわかめ, 煮干し	米, 麦, なたね油, こんにやく, 三温糖, ごま	キャベツ, だいこん, きゅうり, にんじ ん, ごぼう, さやいんげん, なめこ, り んご	805 kcal 28.2 g 24.2 g 3.1 g 3.1 g
10 金	麦ごはん	○	魚の揚げ煮 なます 筑前煮 白玉雑煮	牛乳, ぶり, 鶏胸肉, かつお節, かつお 削り節	米, 麦, 米粉, なたね油, 三温糖, かたく り粉, 上白糖, 板こんにやく, さとい も, 白玉もち	だいこん, にんじん, ごぼう, れんこん 洗い, たけのこ水煮, はくさい, こまつ な	869 kcal 35.0 g 24.1 g 2.4 g
15 水	麦ごはん	○	白身魚のフライ ポテトサラダ キャベツのソテー たまごスープ	牛乳, 白身魚フライ, ロースハム, 豆 腐, たまご	米, 麦, なたね油, じゃがいも, マネータイ プ調味料, かたくり粉	にんじん, 玉葱, きゅうり, レモン(果 汁), キャベツ, とうもろこし, エリン ギ	808 kcal 29.1 g 24.4 g 3.6 g
16 木	豚丼	○	和風サラダ 角麩のすまし汁	豚小間肉, 牛乳, カットわかめ, かつお 節	米, 麦, なたね油, しらたき, 三温糖, 角 麩	玉葱, きゅうり, だいこん, にんじん, えのきたけ, ねぎ	816 kcal 36.6 g 22.9 g 2.4 g
17 金	麦ごはん	○	厚揚げの肉味噌がけ のり酢和え れんこんのきんぴら みぞれ汁 デコボン	牛乳, 生揚げ, 鶏ひき肉, まぐろ油漬, 刻みのり, 豚小間肉	米, 麦, なたね油, 三温糖, ごま油, こんに やく, かたくり粉	こまつな, もやし, れんこん, ごぼう, にんじん, 干し椎茸, だいこん, ねぎ, デコボン	815 kcal 33.1 g 25.1 g 3.1 g 3.1 g
20 月	麦ごはん	○	わかさぎのから揚げ 磯香和え じゃがいものごま煮 豚汁	牛乳, わかさぎ, 刻みのり, 豚ばら肉, 油揚げ, 煮干し	米, 麦, かたくり粉, なたね油, じゃがい も, ごま油, 三温糖, 黒ごま, さとい も, 板こんにやく	キャベツ, こまつな, もやし, ごぼう, だいこん, にんじん, ねぎ	770 kcal 29.6 g 23.7 g 3.1 g
21 火	麦ごはん	○	麻婆豆腐 春雨サラダ ワンタンスープ	牛乳, 豚ひき肉, 豆腐, ロースハム, 豚 小間肉	米, 麦, なたね油, 三温糖, かたくり粉, 緑豆はるさめ, 上白糖, ワンタン	にんじん, 玉葱, 干し椎茸, ねぎ, きゅ うり, にんじん, もやし	817 kcal 32.5 g 22.6 g 3.9 g
22 水	麦ごはん	○	魚の南部焼き 干草和え ひじきの甘辛炒め 玉ねぎの味噌汁 アンドミルク	牛乳, あじ, ひじき, 豚ひき肉, はんべ ん, 豆腐, 煮干し, 飲むヨーグルト	米, 麦, ごま, ごま油, つきこんにやく, 三温糖, なたね油, じゃがいも	こまつな, キャベツ, もやし, にんじ ん, とうもろこし, にんじん, 玉葱	787 kcal 39.0 g 17.9 g 3.5 g 3.5 g
23 木	スパゲティツナトマトソース	○	大根サラダ ポテトスープ オレンジ	まぐろ油揚げ, 牛乳, ロースハム, ペー コン	スパゲティ, オリーブ油, なたね油, 三 温糖, じゃがいも	玉葱, にんじん, トマト缶, だいこん, キャベツ, とうもろこし, きゅうり, に んじん, オレンジ	786 kcal 33.5 g 25.4 g 3.8 g
24 金	和風ピラフ	○	円空里芋コロッケ 白菜の生姜和え 昆布豆 かきたま汁	ベーコン, 牛乳, 乾燥大豆, こんぶ, 豆 腐, たまご, かつお節	米, 麦, なたね油, 円空里芋コロッケ, 三温糖, かたくり粉	のぎわな塩漬, はくさい, にんじん, え のきたけ, ねぎ, こまつな	822 kcal 30.3 g 28.6 g 3.3 g
27 月	麦ごはん	○	酢豚 もやしのナムル 春雨スープ	牛乳, 豚もも肉, ロースハム	米, 麦, じゃがいも, なたね油, かたく り粉, 三温糖, ごま, ごま油, 緑豆はる さめ	にんじん, 玉葱, たけのこ, 干し椎茸, 青ピーマン, もやし, きゅうり, とうも ろこし, チンゲンツァイ, ねぎ	821 kcal 29.9 g 23.2 g 2.9 g
28 火	麦ごはん	○	虹鱈の蜂蜜甘だれ 小松菜のごま和え 大根と豚肉の煮物 舞茸の味噌汁	牛乳, にじます(大垣市産), 豚小間 肉, 煮干し	米, 麦, 米粉, なたね油, はちみつ, 三温 糖, ごま	こまつな, もやし, キャベツ, にんじ ん, だいこん, はくさい, 玉葱, まいた け	796 kcal 35.2 g 23.1 g 3.2 g
29 水	麦ごはん	○	豚肉と大豆の味噌がらめ ほうれん草の和え物 麩のすまし汁	牛乳, 豚もも肉, 乾燥大豆, かつお削り 節, カットわかめ, かつお節	米, 麦, かたくり粉, なたね油, 板こんに やく, 三温糖, 焼き麩	ほうれんそう, もやし, キャベツ, えの きたけ, にんじん, ねぎ	820 kcal 38.0 g 24.2 g 2.5 g
30 木	米粉パン ジャム	○	オムレツ グリーンサラダ ポトフ ぎふだもんみかんゼリー	牛乳, オムレツ, ウィンナー	米粉パン, 苺ジャム, じゃがいも, ぎふ だもんみかんゼリー	きゅうり, キャベツ, だいこん, セロ リー, 玉葱, にんじん	798 kcal 30.3 g 28.9 g 4.1 g
31 金	麦ごはん	○	鰯の梅煮 ピーナッツ和え きんぴらごぼう 玉ねぎと豆腐の味噌汁 チーズ	牛乳, いわし梅煮, 豆腐, 油揚げ, カッ トわかめ, 煮干し, チーズ	米, 麦, ピーナッツ, なたね油, 三温糖	こまつな, キャベツ, もやし, にんじ ん, ごぼう, 玉葱	800 kcal 34.2 g 27.0 g 3.5 g

阪神・淡路大震災から 30 年

災害時の『食』を備えましょう

1月17日

『おむすびの日』



1995(平成7)年1月17日に、阪神・淡路大震災が発生しました。寒さ厳しい中、被災した多くの人たちを支えたのは、ボランティアによって届けられた炊き出しの「おむすび」です。震災発生から5年が過ぎた2000年、兵庫県が事務局を務める「ごはんを食べよう国民運動推進協議会」は、食料の重要性や、ボランティアの善意を忘れないために、この日を「おむすびの日」と決めました※。

阪神・淡路大震災の発生から今年で30年となります。昨年元日に発生した令和6年能登半島地震が記憶に新しいですが、この30年の間にも各地で大きな災害が頻発しています。災害発生直後は支援が届かないということを前提に、一人ひとりが自分の命は自分で守ることを意識し、普段から備えをしっかりとっておくことが大切です。

※2018(平成30)年8月31日に同協議会は解散し、この取り組みは、公益社団法人米穀安定供給確保支援機構へ引き継がれています。