

令和7年1月分 学校給食献立一覧表

日 曜	献立名	お知らせ	おもに体をつくるものになる		おもに体の調子を整えるものになる		おもにエネルギーのもとになる		エネルギー (kcal) 上段:小学校 下段:中学校
			1群 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	2群 牛乳・乳製品・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・きのこ類・果物	5群 穀類・いも類・砂糖	6群 油脂・種実類	
8 水	<新年お祝い給食>								
	なめし 牛乳			牛乳	だいごんのは		米		638
	煮しめ ㊄㊄		とり肉 梅かまぼこ		にんじん さやいんげん	こんにゃく ごぼう れんこん たけのこ しいたけ	砂糖	油	762
	えびカツ 紅白なます		えび たら 大豆		にんじん	たまねぎ だいごん	でんぷん パン粉 小麦粉 砂糖	油	
9 木	クロールパン 牛乳			牛乳			クロールパン		
	サケと白菜のクリーム煮	スプーン	さけ	牛乳 生クリーム ポタージュスープの素 ホワイトルウ	にんじん	たまねぎ しめじ はくさい	白いんげん豆	油	683
10 金	野菜ソテー		ウインナー		にんじん	キャベツ とうもろこし	マカロニ	油	792
	みかん	ビニール手袋				みかん			
10 金	<鏡開き給食>								
	ごはん 牛乳			牛乳			米		686
	沢煮汁 ㊄㊄		ぶた肉 豆腐 油あげ		にんじん ねぎ	ごぼう えのきたけ			810
	おから入り揚半 ぜんざい かつおぶりかけ	小2こ 中3こ スプーン	たら いとよくだい おから		にんじん	たまねぎ	でんぷん 砂糖 あずき 白玉もち 砂糖 砂糖	油 ごま	
14 火	ピピンパ 牛乳	スプーン	ぶた肉 大豆	牛乳	にんじん ほうれんそう	きりぼしだいごん ぜんまい	米 砂糖	油 ごま油	621
	中華スープ 揚げぎょうざ	小2こ 中3こ	なると ぶた肉 大豆	わかめ	にんじん にら	もやし しいたけ 根深ねぎ キャベツ たまねぎ しょうが	小麦粉 砂糖 でんぷん	油 ごま油	761
15 水	ごはん 牛乳			牛乳			米		673
	高野豆腐の卵とじ たらの銀紙焼き 白菜のおひたし		ぶた肉 高野豆腐 卵 たら みそ		にんじん みつば	たまねぎ しめじ	砂糖 砂糖 でんぷん	油	805
16 木	さしめん 牛乳	しょうゆ (クラス1本) けずりぶし (個袋) をかけて 食べましょう	けずりぶし 油あげ	牛乳	にんじん	しいたけ 根深ねぎ	さしめん		686
	かき揚げ ㊄㊄ ツナと大豆の煮つけ 小魚 ㊄㊄		大豆 ツナ 大豆		にんじん しゅんぎく にんじん さやいんげん	たまねぎ ごぼう こんにゃく たけのこ	小麦粉 砂糖 砂糖	油 油	780
17 金	ごはん 牛乳			牛乳			米		657
	合わせみそ汁 さばの照り焼き ごまあえ		豆腐 油あげ みそ さば	わかめ	ねぎ	だいごん えのきたけ			795
20 月	ごはん 牛乳			牛乳			米		656
	つみれ汁 チキンミンチカツ キャベツの塩昆布あえ		つみれ 油あげ とり肉		にんじん ねぎ	だいごん しいたけ しょうが たまねぎ	パン粉 小麦粉 米粉 でんぷん	油 ごま油	781
21 火	ごはん 牛乳			牛乳			米		631
	キムチスープ かに玉の甘酢あんかけ 春雨サラダ		ぶた肉 豆腐 みそ たまご かに ハム		にんじん ねぎ	はくさい 白菜キムチ 根深ねぎ キャベツ きゅうり	砂糖 でんぷん はるさめ 砂糖	油 ごま油 油 ごま油	762
22 水	カレーピラフ 牛乳	スプーン	ぶた肉 大豆	牛乳	にんじん	たまねぎ グリンピース マッシュルーム	米	油	725
	コンソメスープ ハンバーグフレッシュトマトソース いちごドーナツ	スプーン 直送	ベーコン 牛肉 ぶた肉 とり肉 大豆 卵		にんじん こまつな トマト	たまねぎ とうもろこし たまねぎ いちご	じゃがいも パン粉 砂糖 でんぷん 小麦粉 砂糖 でんぷん	油	850
23 木	ごはん 牛乳			牛乳			米		619
	鶏だんご汁 いわしの梅煮 ブロッコリーのおかかあえ		とりだんご いわし 油あげ けずりぶし		にんじん	はくさい もやし しいたけ 根深ねぎ しょうが うめ しょうが	砂糖 砂糖		787
24 金	ごはん 牛乳			牛乳			米		656
	煮みそ ニギスフライ キャベツサラダ	ソース (クラス1本)	生あげ みそ ニギス		にんじん	こんにゃく だいごん 根深ねぎ	さといも 砂糖 パン粉 小麦粉 マカロニ	油 油	792
27 月	<セレクト給食>								
	五目ごはん 牛乳		とり肉	牛乳	にんじん さやいんげん	たけのこ しいたけ	米 砂糖		683
	青のりのみそ汁 Aセット: 鶏肉の竜田揚げ Bセット: ポロニアカツ		豆腐 油あげ みそ とり肉 とり肉 大豆	青のり		だいごん えのきたけ しょうが	でんぷん じゃがいも 米パン粉 でんぷん	油 油	798
	Aセット: むらさきいも大福 Bセット: もものタルト	直送 直送	豆乳 大豆			もも	白いんげん豆 むらさきいも 砂糖 もち米 砂糖 米粉	油	
28 火	みかわポークとトマトのハヤシライス 牛乳	スプーン	ぶた肉	牛乳	にんじん トマト	たまねぎ グリンピース	米 じゃがいも	油 ハヤシルウ デミグラスソース	676
	オムレツ 野菜のマリネ		卵 ハム			パセリ バジル	砂糖 でんぷん 砂糖	油 油	813
29 水	<田原を食べる学校給食の日>								
	ゆかりごはん 牛乳 はちはい豆腐 じゃこサラダ おにまん	玉ねぎドレッシング (個袋)	豆腐 油あげ ちくわ	牛乳 しらす干し わかめ	ゆかりこ にんじん ねぎ	だいごん キャベツ	米 さといも		640
30 木	ミニロールパン 牛乳			牛乳			米		640
	地元野菜のポトフ キャベコロ フルーツヨーグルト	スプーン スプーン	ウインナー ぶた肉 とり肉 大豆		にんじん	たまねぎ だいごん セロリ キャベツ たまねぎ りんご パイン みかん	ミニロールパン じゃがいも パン粉 砂糖 でんぷん 砂糖	油 油 カレールウ	637 878
31 金	ごはん 牛乳			牛乳			米		609
	肉じゃが 肉だんごのケチャップ煮 もずくサラダ	小2こ 中3こ	ぶた肉 とり肉 大豆		にんじん さやいんげん	たまねぎ こんにゃく たまねぎ	じゃがいも 砂糖 パン粉 砂糖 でんぷん	油 油	744

※太字は給食週間に使用する田原産の食べ物です。※献立、材料は都合により変更することがあります。

《学校給食週間》

新年お祝い給食 1月8日(水)

なめし、牛乳、煮しめ、えびカツ、紅白なます

新しい年が幸せでよい年になりますようお願いを込めて、新年お祝い給食でスタートです。
春の七草の1つ「すずしろ」である大根の葉を使ったなめしを食べ、1年の無病息災を祈ります。おせち料理の「煮しめ」は、様々な食材を鍋で一緒に煮ることから「家族が仲良く結ばれますように」、えびカツの「えび」は「長生きできますように」、水引きに見立てた「紅白なます」は「家族が幸せに平和でいられますように」という意味が込められています。

鏡開き給食 1月10日(金)

ごはん、牛乳、沢煮汁、おから入り揚半、ぜんざい、かつおぶりかけ

1月11日は鏡開きです。お正月にお供えた鏡もちをおさがりとしていただく行事です。1年間病気をしないで元気に過ごせるよう願って、おもちを木づちや手で割りほぐし、お汁粉やお雑煮にします。給食ではもちを入れたぜんざいが登場します。

セレクト給食 1月27日(月)

五目ごはん、牛乳、青のりのみそ汁
Aセット 鶏肉の竜田揚げ、むらさきいも大福
Bセット ポロニアカツ、もものタルト

食事を選択する能力を育成することを目的として、学校給食週間にセレクト給食を実施します。フライとデザートを選択して選びます。みなさんは、AセットとBセットのどちらを選びましたか。

Aセット

鶏肉の竜田揚げ
むらさきいも大福

?

Bセット

ポロニアカツ
もものタルト

田原市は 農業王国 作ったところがわかると安心だね

1月に使う田原産の野菜

トマト キャベツ ブロッコリー セロリ はくさい にんじん
さといも だいごん ねぎ しいたけ さつまいも 青じそ