

令和8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となる		おもに体の調子を整えるものとなる		おもにエネルギーのもとなる		エネルギー(kcal) 上段:小学校 下段:中学校	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群		
			魚・肉・卵・大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・きのこ類・果物	穀類・いも類・砂糖	油脂・種実類		
8木	<新年お祝い給食>			牛乳	せり なすな ごきょう はこべら ほとけのざ すすな すずしろ		米		634 758	
	七草ごはん 牛乳			牛乳	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		
	煮しめ	とり肉 梅かまぼこ			たまねぎ		でんぶん パン粉 小麦粉	油		
	えびかつ 紅白なます	えびたら 大豆		にんじん	だいこん		砂糖			
9金	<鏡開き給食>			牛乳	にんじん ねぎ	こんにゃく だいこん ごぼう	米		685 827	
	ごはん 牛乳		豆腐	牛乳			でんぶん			
	のっぺい汁		ぶり				白玉もち あずき 砂糖			
	ぶりのみりん焼き									
13火	ぜんざい	スプーン		牛乳	ほうれんそう	だいこん	米		645 783	
	ごはん 牛乳		豆腐 油あげ みそ	わかめ			じゃがいも 米パン粉 でんぶん	油		
	白みそ汁		とり肉 大豆				砂糖			
	ボロニアカツ		ぶた肉	にんじん	こんにゃく ごぼう		ごま ごま油 油			
14水	五目きんぴら			牛乳	にんじん パセリ	たまねぎ とうもろこし	ライスバターロールパン		627 725	
	ライスバターロールパン 牛乳		とり肉		トマト にんじん	たまねぎ		バター		
	コーンクリームスープ	スプーン			にんじん みずな	キャベツ だいこん				
	トマトリオムレツ		卵				砂糖 でんぶん	油		
15木	フレンチサラダ		ハム				砂糖		706 837	
	ごはん 牛乳			牛乳	にんじん さやいんげん	こんにゃく たまねぎ	米			
	がんもどきと野菜の煮物		とり肉 がんもどき				じゃがいも 砂糖	油		
	さばの銀紙焼き		さば みそ				砂糖 米粉			
16金	みかん	ビニール手袋				みかん			660 789	
	ごはん 牛乳			牛乳	にんじん ほうれんそう	だいこん しいたけ しょうが	米			
	鶏だんご汁		とりだんご			キャベツ たまねぎ	パン粉 砂糖 でんぶん	カレールウ 油		
	キャベコロ		ぶた肉 とり肉 大豆		みずな	はくさい かぶ		ごま油		
19月	白菜とかぶの塩昆布あえ			牛乳	にんじん ねぎ	たけのこ たまねぎ しょうが	米		684 840	
	ごはん 牛乳		ぶた肉 豆腐 うずら卵			とうもろこし たまねぎ キャベツ	砂糖 でんぶん	油		
	豆腐の中華風煮					しょうが	小麦粉 でんぶん			
	コーンしゅうまい	小2c 中3c	ぶた肉 とり肉 大豆			パイン みかん もも				
20火	フルーツミックス	スプーン		牛乳	にんじん	ごぼう こんにゃく だいこん	米		685 824	
	ごはん 牛乳		ぶた肉 豆腐 みそ			たまねぎ さといも	さといも			
	豚汁		とり肉			パン粉 小麦粉		油		
	チキンミンチカツ		ツナ		こまつな	はくさい もやし	砂糖			
21水	こまツナあえ			牛乳	にんじん さやいんげん	たまねぎ こんにゃく	米		639 771	
	ごはん 牛乳		ぶた肉			しょうが	じゃがいも 砂糖	油		
	じやがいものそぼろ煮		いわし			砂糖				
	いわしのしょうが煮			めかぶ		きゅうり もやし しょうが	砂糖			
22木	めかぶの酢の物			牛乳	にんじん	しげたけ 根深ねぎ	きしめん		678 780	
	きしめん 牛乳	けずりびし(個袋)をかけて食べましょう	とり肉 かまぼこ 油あげ けずりびし			たまねぎ ごぼう	小麦粉	油		
	かきあげ				にんじん しゅんぎく		砂糖			
	大豆の磯煮		大豆	ひじき	にんじん さやいんげん	こんにゃく				
23金	キーマカレー 牛乳	スプーン	ぶた肉	牛乳	にんじん	たまねぎ しょうが	米 ひよこ豆	カレールウ	681 817	
	野菜ソテー		ワインナー			キャベツ とうもろこし	マカロニ	油		
	角チーズ			チーズ						
	バナナのスティックケーキ	直送	豆乳 大豆				砂糖 米粉 でんぶん	油		
26月	<アメリカンディ給食 ケンタッキー州編>			牛乳	にんじん チングンサイ	たまねぎ	ロールパン		772 874	
	ロールパン 牛乳		ペーコン				マカロニ			
	ABCスープ	スプーン	牛肉 ぶた肉 とり肉 大豆		オレガノ	たまねぎ にんにく	パン粉 でんぶん 砂糖	油		
	ハンバーグバーボンソース				パセリ	とうもろこし	じゃがいも	油		
27火	マッシュポテト					バナナ	砂糖 米粉 でんぶん	油	637 767	
	バナナのスティックケーキ	直送								
	ゆかりごはん 牛乳			牛乳	ゆかりこ		米			
	はちはい豆腐		豆腐 油あげ ちくわ		にんじん ねぎ	だいこん	さといも			
28水	ニギスフライ	ソース(クラス1本)	ニギス				パン粉 小麦粉		607 734	
	キャベツウサラダ			牛乳	にんじん こまつな 青じそ	キャベツ	マカロニ			
	豚丼 牛乳		ぶた肉			こんにゃく たまねぎ しょうが	米 砂糖	油		
	青のりのすまし汁		豆腐 かまぼこ	青のり		だいこん しめじ				
29木	ブロッコリーのおかかあえ		油あげ けずりびし			キャベツ	砂糖		609 730	
	ごはん 牛乳			牛乳	にんじん	こんにゃく だいこん 根深ねぎ	米			
	煮みそ		生あげ みそ				さといも 砂糖			
	厚焼き卵		卵				砂糖 でんぶん			
30金	じゃこサラダ	和風ドレッシング(個袋)		牛乳	しらす干し わかめ	キャベツ		なたね油 和風ドレッシング	683 789	
	<セレクト給食>			牛乳	にんじん ねぎ	はくさい	米			
	ごはん 牛乳		なると				ごま油 油			
	わかめスープ		わかめ		にんじん にら	たまねぎ	米粉 じゃがいも でんぶん	油		
1月8日木	Aセット:チヂミ		豆腐 おから		にんじん にら	キャベツ もやし エリンギ にんにく	小麦粉 でんぶん 砂糖	油 ごま油	683 789	
	Bセット:春巻き		ぶた肉			もやし きゅうり	はるさめ 砂糖	油 ごま油		
	中華サラダ		ハム				砂糖			
	Aセット:プリン	直送	豆乳	生クリーム		いちご レモン	砂糖 ゼラチン			
1月9日金	Bセット:いちごムース	直送							683 789	
	鏡開き給食									
	ごはん、牛乳、のっぺい汁、ぶりのみりん焼き、ぜんざい									
	新しい年が幸せでよい年になりますよう願いを込めて、新年お祝い給食でスタートです。									
<p>春の七草を入れたおかゆを食べ、1年の無病息災を祈ります。おせち料理の「煮しめ」は、様々な具材を鍋と一緒に煮ることから「家族が仲良く結ばれますように」、えびかつの「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」という意味が含まれています。</p>										
<p>1月11日は鏡開きです。お正月にお供えし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。</p>										

*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。

新年お祝い給食

1月8日木



七草ごはん、牛乳、煮しめ、えびかつ、紅白なます

新しい年が幸でよい年になりますよう願いを込めて、新年お祝い給食でスタートです。<