

令和7年度



1月 学校給食献立予定表



廿日市市立大野学校給食センター

日 曜	こんだてめい	おもなざいりょう			しょくえん そうちりょう 食塩相当量 (グラム)	やさいのりょう 野菜の量 (グラム)
		黄(き) ねつ からだ 熱や力のもとになる	赤(あか) からだ 体をつくる	緑(みどり) からだ ちょうし との 体の調子を整える		
7 水	ごはん 牛乳 まつかせやき こうはくなます ななくさじる ★お正月献立 ★七草献立	こめ でんぶん さとう ねりごま ごま さといも	牛乳 とりにく みそ あおのり しらすぼし ぶたにく あぶらあげ	しめじ たまねぎ しょうが ねぎ れんこん にんじん ゆず きんときいんじん かぶ だいこん はくさい せり	1.6 2.1	105 142
8 木	コッペパン 牛乳 ポークビーンズ ひじきとごぼうのマリネ ★かむかむ献立	パン こめあぶら じやがいも さとう べにはなあぶら	牛乳 だいす ぶたにく ひじき ツナ	たまねぎ にんじん にんにく トマト缶 コーン ごぼう	2.3 3.0	108 146
9 金	ごはん 牛乳 さけのてりやき くろまめ しらたまぞうに ★お正月献立 ★鏡開き献立	こめ さとう しらたまもち	牛乳 さけ くろまめ とりにく かまぼこ	たまねぎ きんときいんじん はくさい みつば	1.8 2.2	54 73
13 火	ミニパインパン 牛乳 スパゲティナポリタン キャベツとハムのサラダ	パン スパゲティ オリーブあぶら さとう べにはなあぶら	牛乳 ぶたにく ロースハム わかめ	(パイン) にんじん たまねぎ しめじ こまつな にんにく キャベツ	1.9 2.6	92 125
14 水	ごはん 牛乳 こいわしのからあげ はくさいのこんぶあえ にごめ ★郷土料理の日(西部地域)	こめ でんぶん なたねあぶら さといも さとう	牛乳 こいわし こんぶ あずき なまあげ	はくさい ごぼう こんにゃく にんじん だいこん	1.1 1.6	93 126
15 木	はいがパン 牛乳 ふゆやさいのクリームシチュー コーンサラダ	パン (さとう バター こむぎはいが) じやがいも こめこ さとう べにはなあぶら	牛乳 とりにく チーズ スキムミルク しろいんげんまめのペースト なまクリーム ツナ	だいこん はくさい にんじん たまねぎ ブロッコリー コーン キャベツ	2.2 2.7	149 201
16 金	たんたんどんぶり 牛乳 ちゅうかあえ みかん	こめ こめあぶら さとう ねりごま でんぶん ごまあぶら	牛乳 ぶたにく あかみそ しらすぼし	にんじん たまねぎ しろねぎ しょうが にんにく たけのこ コーン えだまめ もやし こまつな みかん	1.3 1.8	138 187
19 月	ごはん 牛乳 あげさばのおろしあんかけ こまつなのおひたし すまじる ★食育の日:和食の基本献立	こめ でんぶん なたねあぶら さとう ふ	牛乳 さば かつおぶし わかめ とうふ	だいこん こまつな もやし にんじん たまねぎ えのきたけ ねぎ	1.9 2.7	116 155
20 火	チキンカレーライス 牛乳 キャベツのちりめんサラダ	こめ じやがいも バター こめこ はちみつ べにはなあぶら さとう	牛乳 とりにく ヨーグルト ロースハム しらすぼし	たまねぎ にんじん さやいんげん にんにく しょうが トマト缶 キャベツ えだまめ	1.8 2.3	132 178
21 水	ごはん 牛乳 ホイコーロー ^{もしくスープ} ★食べようデイ	こめ ごまあぶら さとう でんぶん じやがいも	牛乳 ぶたにく なまあげ みそ あかみそ ベーコン もずく	しょうが にんにく こまつな キャベツ にんじん きくらげ たまねぎ ねぎ	2.2 2.7	84 113
22 木	セルフツナサンド [1食用マヨネーズ] 牛乳 ABCマカロニスープ	パン べにはなあぶら さとう マヨネーズ マカロニ じやがいも こめあぶら	牛乳 ツナ ぶたにく	キャベツ にんじん コーン たまねぎ チンゲンサイ	2.2 3.1	85 115
23 金	ごはん 牛乳 かきフライ [1食用おこのみソース] ゆでやさい 1がつのみそしる ★今月のみそ汁 きゅうしょく ひろしまけん 1がつのみそしる ★ふるさと給食(広島県)	こめ パンこ こむぎこ なたねあぶら さつまいも	牛乳 かき とうふ みそ	キャベツ コーン たまねぎ にんじん はくさい えのきたけ ねぎ	2.8 3.6	88 117
26 月	ごはん 牛乳 ぶたにくとやさいのいためもの ぱちじる <兵庫県>	こめ こめあぶら さとう そうめん	牛乳 ぶたにく あぶらあげ	しめじ にんじん たまねぎ こまつな れんこん ほししいたけ ねぎ	2.0 2.7	102 137
27 火	ミニこくとうパン 牛乳 <愛知県> みそにこみうどん [1食用うどん] わふうサラダ	パン (くろざとう) うどん さとう べにはなあぶら	牛乳 とりにく あぶらあげ さつまあげ あかみそ みそ ツナ	たまねぎ にんじん しろねぎ しめじ キャベツ こまつな コーン	3.1 4.0	98 132
28 水	ごはん 牛乳 ちゃんこなべふうにもの こまつなのすのもの <東京都>	こめ ごま さとう	牛乳 とりにく ぶたにく とうふ あぶらあげ ちくわ わかめ	にんじん なましいたけ だいこん たまねぎ はくさい しろねぎ もやし こまつな	1.5 2.0	138 186
29 木	コッペパン <北海道> 牛乳 ザンギ グリーンポテト コーンクリームスープ ★全国学校給食週間 きょうじゅうじゅう とくさんぶつ (郷土料理・特産物で ぜんこく あい 全国味めぐり)	パン でんぶん なたねあぶら じやがいも こめあぶら こめこ	牛乳 とりにく ぶたにく ひよこまめ スキムミルク なまクリーム	にんにく しょうが パセリ たまねぎ にんじん コーン クリームコーン缶	2.6 3.4	73 98
30 金	ひろしまなとタコのカレーピラフ 牛乳 やさいスープ こめこでつくるレモンケーキ たまごじょきゅうじゅく 卵除去食 ★ひろしま給食 <広島県>	こめ こめあぶら じやがいも こめこ さとう べにはなあぶら バター	牛乳 たこ ベーコン たまご	ひろしまなづけ たまねぎ にんじん マッシュルーム はくさい セロリー レモン	3.0 3.7	97 130

* () は、パン、ごはんに入っている材料、[] は1食用小袋のものです。

* 詳しい材料が示してある、「学校給食献立別使用食材一覧表」を各学校に送っています。必要な方は、担任の先生までお申し出ください。

* 食塩相当量と野菜の量を掲載していますので、食生活の参考にしてください。

* 都合により、献立や食材料を変更することがありますのでご了承ください。

* アレルギー対応として、これまでお子さんが食べたことがない食べ物が出ていている場合は、念のため、ご家庭で事前に食べる経験をしておく等、ご配慮ください。

* 27日(火) 1食用うどんは、同じ製造ラインで卵を使った麺、日本そばを製造しています。

