

令和6年度 1 月学校給食予定献立表（中学校）

★材料や分量、アレルギーの表示については、こちらをご覧ください。

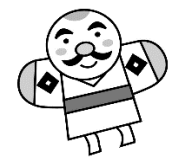
※ハム、ベーコン、はんぺん、揚げかまぼこ、棒天、かまぼこ、ちくわには、卵や乳は含まれていません。

※献立の材料は、天候などにより変更することがありますので、ご了承下さい。

※春巻きやハンバーグなど、加工食品の原料を確認したい方は直接給食センターにお尋ねください。

西部学校給食センター 0957-28-9580

ひ ち ち	よう び	こ ん だ て め い	含まれるアレルギー	ざ い り ょ う						エネルギー kcal
				血や肉のもとになる		体の調子をととのえる		熱や力のもとになる		たんぱく質 g
				肉・魚・卵・豆 豆製品	牛乳・小魚 海藻	色のこい野菜	色のうすい野菜 くだもの・きのこ	こく類・いも類 さとう	脂質	
8	水	カレーピラフ	牛肉、大豆、鶏肉、豚肉	ハム 鶏肉		にんじん	たまねぎ マッシュルーム グリーンピース	米		760 36.4
		牛乳	乳		牛乳					
		白菜と肉団子のスープ	小麦、ごま、大豆、鶏肉、豚肉、貝	中華風つくね		にんじん	はくさい たまねぎ しいたけ	ビーフン		
		魚の南蛮漬	小麦、大豆、魚	ホキ				でん粉 さとう	油	
		りんご	りんご、果物				りんご			
9	木	麦ごはん						米 麦		781 24.4
		牛乳	乳		牛乳					
		春雨汁	小麦、大豆、豚肉、魚	豚肉 はんぺん		にんじん	はくさい ししいたけ 深ねぎ	春雨		
		鶏肉とさつまいものアーモンド がらめ	小麦、大豆、鶏肉、ナッツ、 アーモンド	鶏肉			しょうが	さつまいも さとう でん粉	油 アーモンド	
10	金	麦ごはん						米 麦		787 32.4
		牛乳	乳		牛乳					
		具雑煮	小麦、大豆、鶏肉、魚	鶏肉 凍り豆腐 かまぼこ	昆布		はくさい だいこん ごぼう ししいたけ	餅 さといも		
		ぶりの照り焼き	小麦、大豆、魚	ぶり				さとう でん粉		
		紅白なます	小麦、ごま、大豆			にんじん	だいこん	さとう	ごま	
14	火	パーカーパン	小麦、乳、大豆					パーカーハウスパン		841 35.6
		牛乳	乳		牛乳					
		クリームシチュー	小麦、乳、大豆、鶏肉、豚肉	鶏肉 ベーコン	スキムミルク 牛乳 チーズ	にんじん	たまねぎ しめじ グリーンピース	じゃがいも 小麦粉	マーガリン 油	
		ハンバーグのケチャップソース かけ	大豆、鶏肉、豚肉、りんご、 果物	ハンバーグ				さとう でん粉		
		ゆでキャベツ					キャベツ			
15	水	麦ごはん						米 麦		839 29.8
		牛乳	乳		牛乳					
		ほうとう	小麦、大豆	油揚げ みそ		にんじん かぼちゃ	だいこん はくさい しめじ 深ねぎ	じゃがいも ほうとう		
		鶏肉の竜田揚げ	小麦、大豆、鶏肉	鶏肉			しょうが	でん粉	油	
		干し大根の煮物	小麦、大豆、豚肉	豚肉		にんじん いんげん	切干大根	さとう	油	
16	木	麦ごはん						米 麦		868 31.4
		牛乳	乳		牛乳					
		中華丼	えび、小麦、卵、いか、ごま、 大豆、鶏肉、豚肉	豚肉 うずらの卵 ムキエビ イカ		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ はくさい しいたけ たけのこ	さとう でん粉	ごま油	
		春巻き	小麦、大豆、豚肉					春巻	油	
		もやしとコーンの炒め物	小麦、大豆、豚肉	ハム		小松菜	もやし とうもろこし		油	
17	金	麦ごはん						米 麦		792 35.6
		牛乳	乳		牛乳					
		里芋のそぼろ煮	小麦、大豆、鶏肉、魚	厚揚げ 鶏肉 揚げかまぼこ		にんじん いんげん	こんにゃく	さといも さとう	油	
		魚のレモンソース	小麦、大豆、魚、果物	ホキ			レモン	でん粉 さとう	油	
		茎わかめの酢の物	小麦、ごま、大豆		茎わかめ		きゅうり	さとう	ごま	
20	月	ごはん						米		767 28.2
		牛乳	乳		牛乳					
		筑前煮	小麦、大豆、鶏肉	鶏肉		にんじん いんげん	れんこん ごぼう たけのこ こんにゃく しいたけ	さといも さとう	油	
		焼きつくね	小麦、ごま、大豆、鶏肉、豚肉	平つくね						
		ほうれん草のごま和え	小麦、ごま、大豆			ほうれんそう にんじん		さとう	ごま	



令和6年度 1 月学校給食予定献立表（中学校）

★材料や分量、アレルギーの表示については、こちらをご覧ください。

※ハム、ベーコン、はんぺん、揚げかまぼこ、棒天、かまぼこ、ちくわには、卵や乳は含まれていません。

※献立の材料は、天候などにより変更することがありますので、ご了承下さい。

※春巻きやハンバーグなど、加工食品の原料を確認したい方は直接給食センターにお尋ねください。

西部学校給食センター 0957-28-9580

ひ に ち	よ う び	こ ん だ て め い	含まれるアレルギー	ざ い り ょ う						エネルギー kcal
				血や肉のもとになる		体の調子をととのえる		熱や力のもとになる		たんぱく質 g
				肉・魚・卵・豆 豆製品	牛乳・小魚 海藻	色のこい野菜	色のうすい野菜 くだもの・きのこ	こく類・いも類 さとう	脂質	
21	火	米粉パン	小麦、乳、大豆					米粉パン		734 34.1
		牛乳	乳		牛乳					
		ポテトスープ	小麦、大豆、鶏肉	鶏肉		にんじん パセリ	たまねぎ セロリ	じゃがいも	油	
		タンドリーチキン	小麦、乳、大豆、鶏肉	鶏肉	ヨーグルト		たまねぎ			
		カラフルサラダ	小麦、大豆、果物			赤パプリカ	きゅうり どうもろこし レモン	さとう	油	
22	水	麦ごはん						米 麦		787 26.8
		牛乳	乳		牛乳					
		にら玉汁	小麦、卵、大豆	卵		にら	たまねぎ	白玉餅 でん粉		
		とんかつ	小麦、大豆、豚肉	ローストンカツ					油	
		ひじきとコーンの炒り煮	小麦、大豆、豚肉	ベーコン 油揚げ	ひじき		とうもろこし	さとう	油	
23	木	麦ごはん						米 麦		863 39.7
		牛乳	乳		牛乳					
		五目煮豆	小麦、大豆、豚肉、魚	豚肉 揚げかまぼこ 厚揚げ 大豆	昆布	にんじん いんげん	こんにゃく	じゃがいも さとう	油	
		鯨のみそがらめ	小麦、ごま、大豆	くじら みそ			しょうが	でん粉 さとう	油 ごま	
		ひよっつるの金平	小麦、ごま、大豆、豚肉	豚肉	ひよっつる	にんじん	こんにゃく	さとう	ごま油	
24	金	麦ごはん						米 麦		679 30.8
		牛乳	乳		牛乳					
		みそ汁	大豆	厚揚げ みそ	わかめ		たまねぎ 深ねぎ	じゃがいも		
		鮭の塩焼き	さけ、魚	サケ						
		はりはり漬け	小麦、ごま、大豆		塩昆布	にんじん	切干大根 キャベツ	さとう	ごま	
27	月	ごはん						米		850 28.5
		牛乳	乳		牛乳					
		冬野菜カレー	小麦、乳、大豆、豚肉、りんご、 果物	豚肉 レンズ豆	スキムミルク チーズ	にんじん ブロッコリー	たまねぎ カリフラワー りんご	じゃがいも	カレールウ 油	
		白菜とりんごのサラダ	小麦、大豆、りんご、果物				はくさい きゅうり りんご	さとう	油	
		ヨーグルト	乳、ゼラチン		ヨーグルト					
28	火	小コッペパン	小麦、乳、大豆					コッペパン		777 36.4
		牛乳	乳		牛乳					
		いちごジャム	果物					いちごジャム		
		ちゃんぽん	えび、小麦、いか、大豆、鶏肉、 豚肉、魚	豚肉 イカ ムキエビ はんぺん		にんじん	キャベツ たまねぎ 深ねぎ	ちゃんぽん	油	
		浦上そばろ	小麦、大豆、豚肉、魚	大豆 豚肉 揚げかまぼこ		にんじん	もやし ごぼう しいたけ こんにゃく	さとう	油	
		みかん	果物				みかん			
29	水	とりめし	小麦、大豆、鶏肉	鶏肉			グリーンピース しょうが	米		875 38.8
		牛乳	乳		牛乳					
		ぬっぺ	小麦、大豆、鶏肉	鶏肉 厚揚げ		にんじん	ごぼう だいこん れんこん こんにゃく しいたけ	さといも ふ さとう でん粉		
		魚の野菜あんかけ	大豆、魚	ホキ		にんじん	たまねぎ たけのこ グリーンピース しょうが	でん粉 さとう	油	
		黒おこし	大豆					黒おこし		
30	木	麦ごはん						米 麦		753 30.8
		牛乳	乳		牛乳					
		けんちん汁	小麦、大豆、鶏肉	鶏肉 厚揚げ		にんじん	ごぼう だいこん 深ねぎ こんにゃく しょうが	さといも		
		とんちゃん	小麦、ごま、大豆、豚肉	豚肉 みそ		にんじん ビーマン	たまねぎ はくさい にんにく	さとう	ごま油 ごま 油	
		うまかってん	小麦、ごま、大豆	うまかつ+						
31	金	麦ごはん						米 麦		771 31.2
		牛乳	乳		牛乳					
		親子煮	小麦、卵、大豆、鶏肉	鶏肉 卵		にんじん	たまねぎ グリンピース しいたけ	じゃがいも さとう		
		キピナゴフライ	小麦、大豆、魚		きびなごフライ				油	
		小松菜の炒め物	小麦、大豆			小松菜 にんじん	しめじ		油	