
















令和7年度

1月

給食予定献立表

小鹿野町学校給食センター
小鹿野小学校

日	曜	献立名			血や肉、骨や歯に	からだの調子を	熱や力のもとに	kcal	たんぱく質
		主食・パンにつけるもの	牛乳	主菜・副菜	なる食品	ととのえる食品	なる食品		
9	金	じごなうどん		しっぽくうどん汁 ちくわのいそべあげ(2本) ごまあえ	牛乳 とりにく あぶらあげ ちくわ あおのり みそ	にんじん だいこん ごぼう ながねぎ しょうが こまつな はくさい	うどん こむぎこ あぶら さといも ごま さとう	606	24.5
13	火	むぎごはん		チキンカレー もやしのちゅうかあえ ヨーグルト	牛乳 とりにく ハム ヨーグルト	にんじん たまねぎ ニンニク もやし こまつな	米 おおむぎ じゃがいも あぶら こむぎこ ごまあぶら さとう ごま	634	26.4
14	水	はちみつパン		いかいりしおやきそば チキンナゲット(2こ) だいこんサラダ	牛乳 ぶたにく いか とりにく カツオブシ	にんじん たまねぎ キャベツ だいこん きゅうり コーン	パン やきそばめん あぶら こむぎこ パンこ ごまあぶら わふうドレッシング さとう	611	25.3
15	木	わかめごはん		しらたまそうに とうふハンバーグ てりやきソース れんこんサラダ	牛乳 とりにく なんと とうふ ツナ ひじき わかめ	にんじん だいこん みつば たまねぎ れんこん こまつな	米 しらたまだんご でんぶん さとう ノンエッグマヨネーズ	608	24.6
16	金	こぎつねすし		ぶりのおいしいソースがけ いそかあえ ブチたいやき	牛乳 とりにく あぶらあげ ぶり のり あずき	にんじん いんげん ショウガ だいこん ほうれんそう もやし はくさい	米 さとう あぶら でんぶん こむぎこ	614	24.4
19	月	ごはん		こまつなのみそしる そばろどんのぐ やさしいコロッケ	牛乳 とうふ あぶらあげ みそ とりにく ぶたにく たまご	にんじん こまつな ながねぎ ショウガ たまねぎ えだまめ いんげん コーン	米 さとう あぶら じゃがいも こむぎこ パンこ	648	23.9
20	火	だいすいりカレーピラフ		クリスピーチキン わかめスープ いよかん	牛乳 ぶたにく だいず とりにく わかめ とうふ	にんじん たまねぎ ビーマン もやし ながねぎ コーン いよかん	米 あぶら さとう こむぎこ パンこ コーンフレーク ごまあぶら	594	27.7
21	水	コッペパンスライス		とうにゅうコーンチャウダー チキンサラダ ココアカスタードクリーム	牛乳 ベーコン とうにゅう とりにく たまご にゅうせいひん	にんじん たまねぎ コーン パセリ ショウガ レタス キャベツ	パン じゃがいも あぶら オリーブあぶら かたくりこ さとう コーンスターチ ミルクココア ノンエッグマヨネーズ	607	22.8
22	木	ごはん		すぎやきふうに たまごやき からしあえ	牛乳 ぶたにく とうふ たまご	にんじん たまねぎ しらたき ながねぎ こまつな もやし	米 さとう あぶら	600	28.5
23	金	ちゅうかめん		みそラーメンじる にくまんふうむしパン ほうれんそうコーンソテー	牛乳 ぶたにく みそ とうにゅう とりにく ベーコン	にんじん たまねぎ もやし キャベツ ながねぎ ニンニク ほうれんそう コーン	ちゅうかめん あぶら ごまあぶら ケーキミックス さとう こむぎこ	608	23.8
26	月	むぎごはん		ハヤシシチュー フレンチサラダ こめこのいちごクレープ	牛乳 とりにく ぶたにく とうにゅう	にんじん たまねぎ マッシュルーム ニンニク セロリ キャベツ きゅうり コーン いちご	米 おおむぎ じゃがいも あぶら こむぎこ コンドレッシング フレンチドレッシング こめこ さとう	675	23.3
27	火	むぎごはん		はくさいのとんじる おかつぶなっとう ミニウィンナー(2本) おかかマヨネーズあえ	牛乳 ぶたにく あぶらあげ みそ なっとう ウィンナー ツナ おかか	にんじん はくさい ごぼう ながねぎ こんにゃく しょうが キャベツ コーン	米 おおむぎ さといも あぶら ごまあぶら さとう ノンエッグマヨネーズ	639	26.9
28	水	しょくパン クリームゴールド		コンソメたまごスープ とりにくのパプリカに ミックスポテト	牛乳 たまご ハム とりにく にゅうせいひん	にんじん たまねぎ キャベツ ほうれんそう パセリ トマト コーン えだまめ	パン クリームゴールド あぶら さとう かたくりこ じゃがいも マーガリン	612	26.5
29	木	しゃくしなしめじごはん		しろみざかなフライ はるさめとささみのサラダ あんりんフルーツポンチ	牛乳 とりにく あぶらあげ たら ささみ とうにゅう	にんじん しゃくしなづけ しめじ キャベツ みかん ぶどう	米 あぶら ごまあぶら さとう パンこ こむぎこ はるさめ ごま サイダー	576	21.0
30	金	ごはん		とうふのちゅうかに あげぎょうざ(2こ) ツナわかめあえ	牛乳 とうふ ぶたにく とりにく ツナ わかめ	にんじん たまねぎ たけのこ チンゲンサイ しょうが ニンニク もやし キャベツ	米 あぶら ごまあぶら さとう かたくりこ こむぎこ ごま	630	27.2
								804	33.4

*材料等の都合により、献立内容が変更になる場合があります。

