

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			ち 血や肉、骨や歯に なる食品	からだの調子を ととのえる食品	ねつ 熱や力のもとに なる食品	エネルギー- kcal	たんぱ くしつ g
		主食・パンにつけるもの	牛乳	主菜・副菜					
9	金	じごなうどん	MILK	しつぼくうどん汁 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 カツイタ 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	MILK	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 ニンニクショウガ 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	MILK	いかいりしおやきそば チキンナゲット(2c) だいコーンサラダ	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	MILK	しらたまぞうに とうふハンバーグ てりやきソース れんこんさんサラダ	牛乳 とりにく なると 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	こぎつねずし	MILK	ぶりのおろしソースかけ 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	MILK	こまつなのみぞしる そぼろどんのぐ やさいコロッケ	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	MILK	クリスピーチキン わかめスープ いよかん	牛乳 ぶたにく だいす 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	MILK	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 ジャガイモ あぶら オリーブあぶら かたくりこ さとう コーンスター ミルクコカノンエッグマヨネーズ	607	22.8
22	木	ごはん	MILK	すきやきふうに 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 734	28.5 34.6	
23	金	ちゅうかめん	コーヒー MILK	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 ニンニクショウガ 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	MILK	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 セロリー 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 コーンドレッシング 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	MILK	はくさいのとんじる おおつぶなっとう 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 ショウガ 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	MILK	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	MILK	しろみざかなフライ はるさめとささみのサラダ あんにんフルーツポンチ	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	MILK	とうふのちゅうかに あげぎょうざ(2c) 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 カツイタ ニンニクショウガ もやし キャベツ	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。

