

令和8年



1月分予定献立表



羽生市学校給食センター
TEL 048-565-3010

日	こんだて名 主食 飲み物 おかず	アレルギー物質 全28品目中	使用材料名			栄養価		
			赤色の食品 体(骨や血や肉)をつくる もとなる	黄色の食品 エネルギー(体や脳が働く力)の もとなる	緑色の食品 体の調子を整える もとなる	上段:小 下段:中 エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	
お正月献立 13 火	ごはん			ごはん			695	27.5
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳					
	★しらたまそうに	鶏肉	鶏肉 かまぼこ	白玉だんご	人参 ごぼう 干し椎茸 大根 ほうれん草 ねぎ			
昭和の給食 14 水	はにゅうしさんやつがしらコロッケ ソース	小麦 大豆 鶏肉 りんご		油 八つ頭コロッケ			874	33.1
	★そぼろごはんのぐ	卵 大豆 豚肉	豚肉 大豆 炒り卵	砂糖	枝豆 生姜			
	【ソフトめん】	小麦		ソフト麺				
15 木	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				639	26.6
	アルファベットスープ	小麦 鶏肉	鶏肉	マカロニ	人参 玉ねぎ キャベツ ほうれん草			
	ハンバーグデミソースかけ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 りんご	ハンバーグ	砂糖 デミソース	玉ねぎ			
16 金	★ポテトサラダ	大豆		じゃがいも マヨネーズ風ドレッシング	コーン 枝豆		806	32.5
	ごはん			ごはん				
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳					
19 月	ちゃんぽんスープ	鶏肉 豚肉 ごま ゼラチン	豚肉	油 ごま	生姜 にんにく 人参 玉ねぎ キャベツ もやし ほうれん草 きくらげ		772	25.4
	はるまき	小麦 大豆 鶏肉		油 春巻き				
	ひじきとツナのカレーいため		ひじき ツナ	油 砂糖	人参 コーン			
大正の給食 20 火	ごはん			ごはん			611	24.1
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳					
	ほうれんそうのかきたまじる	卵 大豆 鶏肉	卵 鶏肉 豆腐 なた	でん粉	干し椎茸 ほうれん草 ねぎ			
川俣小 リクエスト献立 21 水	しょうろんポー(2こ)	小麦 豚肉	しょうろんポー				747	28.4
	きりぼしだいごんののもの	大豆	油揚げ	油 砂糖	切り干し大根 人参 しらたき			
	ごはん			ごはん				
22 木	えいようみどしる	大豆	厚揚げ みそ		人参 大根 白菜 小松菜		539	26.3
	★いかのしょうがやき	いか	いかの生姜醤油漬け					
	★ごしきごはんのぐ	大豆 豚肉	豚肉	ごま油 砂糖 里芋 八つ頭	人参 ごぼう 干し椎茸 枝豆			
23 金	わかめごはん			わかめごはん			655	22.0
	わんたんスープ	小麦 大豆 鶏肉	なた	わんたん	人参 もやし キャベツ たけのこ 干し椎茸 小松菜			
	★ごぼうサラダ	卵 大豆 ごま			ごぼうサラダ コーン			
24 土	ごはん			ごはん			822	26.5
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳					
	コッパンスライス	小麦 大豆		コッパパン				
25 日	ポトフ	鶏肉 豚肉	ウインナー	じゃがいも	人参 大根 セロリ マッシュルーム ブロッコリー		654	29.2
	★さけフライ	小麦 大豆 さけ	鮭フライ	油				
	ノンエッグタルタルソース	大豆		ノンエッグタルタルソース				
26 月	ソースやきそば	小麦 大豆 豚肉 りんご	豚肉 青のり	油 中華麺	人参 もやし キャベツ		791	34.2
	ごはん			ごはん				
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳					
27 火	ほうれんそうカレー	小麦 大豆 鶏肉 りんご	鶏肉	油 じゃがいも カレールウ	にんにく 人参 玉ねぎ トマト ほうれん草		662	24.0
	とんかつ	小麦 大豆 豚肉	とんかつ	油				
	★りんご	りんご			りんご			
28 水	ごはん			ごはん			843	29.3
	【のむヨーグルト】	乳	飲むヨーグルト					
	もずくのみそしる	大豆	もずく 豆腐 油揚げ みそ	じゃがいも	人参			
29 木	チキンカツ ソース	小麦 大豆 鶏肉 りんご	チキンカツ				805	26.1
	キムタクごはんのぐ	豚肉 ごま	豚肉	油 ごま	キムチ つぼ漬け しらたき ねぎ			
	ごはん			ごはん				
30 金	ぎゅうにゅう	乳	牛乳				599	21.9
	わふうミネストローネ	豚肉	豚肉	油 里芋	にんにく しめじ 人参 玉ねぎ 白菜 れんこん トマト			
	とうふハンバーグおろしソースかけ	大豆 鶏肉 豚肉	豆腐ハンバーグ	砂糖 でん粉	だいごん			
京都府 郷土料理献立 30 金	こんにゃくソテー	豚肉	ベーコン	油 砂糖 ごま油	生姜 こんにゃく 人参 コーン 小松菜		761	26.6
	【ちゅうかめん】	小麦		中華麺				
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳					
28 水	とうにゅうタンタンめんじる	大豆 鶏肉 豚肉 ごま	豚肉 豆乳 みそ	油 砂糖 ごま ラー油 でん粉	にんにく 生姜 人参 たけのこ ほうれん草 ねぎ		705	24.6
	きんとんパイ	小麦 卵 乳 大豆		きんとんパイ				
	はるさめサラダ	小麦 りんご		春雨 中華ドレッシング	もやし 人参 コーン きゅうり			
29 木	しょうばん	小麦 大豆		食パン			679	27.0
	レモンはちみつ	りんご		レモンはちみつ				
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳					
29 木	コーンスープ	小麦 乳	牛乳 脱脂粉乳	油 じゃがいも コーンポタージュルウ	人参 玉ねぎ コーン パセリ		845	32.8
	とりにくのパジルやき	鶏肉	鶏肉のパジルソース漬					
	ウインナーとキャベツのソテー	豚肉	ウインナー	油	キャベツ いんげん			
30 金	ごはん			ごはん			567	28.4
	ぎゅうにゅう	乳	牛乳					
	ゆばのすましじる	大豆	豆腐 ゆば		人参 大根 たけのこ えのきたけ ほうれん草			
30 金	★あかうおのさいきょうやき		赤魚の西京漬				726	35.0
	きぬがさどんのぐ	卵 大豆 鶏肉	鶏肉 かまぼこ 油揚げ 炒り卵	砂糖	ねぎ			

給食回数14回

- ※ 都合により食材が変更になる場合があります。ご了承ください。
- ※ ★はかみかみメニューです。意識して“よくかんで”食べる日にしましょう！
- ※ ♪の日は、先割れスプーンがつかます。
- ※ ☺の日は、おわんが2こつかます。
- ※ 【 】のものは、学校配達品です。
- ※ 使用材料をすべて載せているわけではありません。アレルギー等ご家庭でも注意していただき、ご不明な点がございましたら学校給食センターまでお問い合わせください。

食物アレルギー対象品目について

アレルギーは、食品に含まれているものを記載しています。右記の表に記載している調味料等のアレルギーは記載していませんのでご了承ください。

「学校給食における食物アレルギー対応指針」(文部科学省 平成27年3月作成)を基に作成

原因食物	除去する必要のない調味料・だし・添加物等
鶏卵	卵殻カルシウム
牛乳	乳糖・乳清焼成カルシウム
小麦	しょうゆ・酢・みそ
大豆	大豆油・しょうゆ・みそ
ゴマ	ゴマ油
魚類	かつおだし・いりこだし・魚しょう
肉類	エキス

月間平均栄養価

643	25.2
801	30.6

今月の特別献立

- 13日(火) お正月献立
- 14日(水) 昭和の給食
- 20日(火) 大正の給食
- 21日(水) 川俣小リクエスト献立
- 30日(金) 京都府郷土料理献立

【20日・大正の給食ひとくちメモ】 児童の栄養改善のために学校給食が奨励され、五色ごはんと具だくさんのみそ汁が提供されました。

【14日・昭和の給食ひとくちメモ】 ソフト麺の正式名称は「ソフトスパゲティめん」。学校給食向けに開発され、袋から出しためんを、ミートソースやあんかけなどからめて食べました。献立の洋風化がすすみ、フレンチサラダやプリンなども提供されました。

◎こんだて名が、太字になっているものが、昔の給食の再現メニューです。食育だよりもご覧ください。



給食センターでは、給食の写真を毎日更新中です★

羽生市HP

