



# 1月 予定献立表



今月の給食目標：感謝して食べよう

令和7年度射水市立中太閤山小学校

日	曜日	こんだてめい		しょくひんめい							
		とくべつこんだて 特別献立	しゅさい ふくさい しるもの／もの デザートなど	おもに体をつくるもとになる赤の食品		おもに体の調子を整えるもとになる緑の食品		おもにエネルギーのもとになる黄色の食品			
				たんぱくしつ 1ぐん	むきしつ 2ぐん	ビタミン・むきしつ 3ぐん・4ぐん	いろ 色のこい野菜、その他の野菜、きのこ、果物	たんすいかぶつ 5ぐん	ししつ 6ぐん		
9	金	ごはん		あげギョウザ2こ ナムル マーぼーどうふ	給食開始	ぶたにく とうふ あかみそ	ぎゅうにゅう◎ にんにく たまねぎ たけのこ ほししいたけ ねぎ	もやし こまつな にんじん しょうが にんにく たまねぎ たけのこ ほししいたけ ねぎ	ごはん さとう ギョウザのかわ でんぶん	あぶら ごまあぶら	
12	月			せいじんのひ 成人の日							
13	火	コッペパン◎	ポークチャップ フライドレンコンポテト たまごスープ★	ぶたにく とうふ たまご★	ぎゅうにゅう◎ ピーマン れんこん にんじん ほうれんそう	たまねぎ しめじ しょうが にんにく ピーマン れんこん にんじん ほうれんそう	コッペパン◎ でんぶん じゃがいも	あぶら			
14	水		ごはん	とりにくのからあげ ポテトサラダ やさいスープ	とりにく ベーコン ひよこまめ	ぎゅうにゅう◎ にんにく しょうが にんじん きゅうり たまねぎ キャベツ ブロッコリー	ごはん じゃがいも でんぶん	あぶら たまごなしマヨネーズ			
15	木	しょくパン◎	ハンバーグ グリーンサラダ ビーンズポタージュ◎ いちごジャム◆	ぶたにく とりにく ベーコン だいす しろいんげんまめ	ぎゅうにゅう◎ キャベツ きゅうり ブロッコリー にんじん たまねぎ コーン	しょくパン◎ さとう こめこ いちごジャム◆	あぶら				
16	金		ごはん	あかうおのたれがけ■ おひたし あつあげのちゅうかに	あかうお■ あつあげ ぶたにく	ぎゅうにゅう◎ にんじん たまねぎ たけのこ ねぎ こんにゃく	ごはん でんぶん さとう	あぶら ごまあぶら			
19	月	ごはん	とりにくとさといものあげがらめ こんぶづけ しろねぎのみそしる	とりにく とうふ みそ あぶらあげ	ぎゅうにゅう◎ こんぶ	だいこん にんじん ねぎ えのきだけ	ごはん さとう でんぶん さといも	あぶら			
20	火		ごはん	ししゃもフライ■●2び (1・2ねん1び) きりぼしだいこんのようふういため ワンタンスープ	ししゃも■● ベーコン ぶたにく	ぎゅうにゅう◎ にんじん もやし ピーマン きりぼしだいこん たまねぎ たけのこ ほししいたけ はくさい ねぎ	ごはん パンこ ワンタンのかわ	あぶら			
21	水	ごはん	サバのしおやき■ ごまみそあえ しらたまだんごじる りんご◆	サバ■ みそ	ぎゅうにゅう◎ こまつな キャベツ にんじん だいこん ごぼう ねぎ りんご◆	ごはん さとう しらたまだんご	ごま				
22	木		コッペパン◎	ミートボール2こ 5年生 コールスローサラダ 雪上体験学習 ポトフ	とりにく ウインナー	ぎゅうにゅう◎ キャベツ きゅうり にんじん コーン たまねぎ はくさい しめじ	コッペパン◎ さとう ジャがいも ファルファーレ	あぶら			
23	金	むぎごはん	アンサンブルエッグ★◎ まめとひじきのサラダ チキンカレー	たまご★ だいす いんげんまめ とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう◎ チーズ◎ ひじき	ブロッコリー にんにく しょうが たまねぎ にんじん	ごはん むぎ じゃがいも さとう	あぶら ごまあぶら			
26日～30日は全国学校給食週間です。今年の射水市のテーマは「世界味めぐり～冬季オリンピックバージョン～」です。											
26	月	日本(長野) ごはん	さんぞくやき のざわなあえ きのことうにゅうじる りんごタルト◆	とりにく あぶらあげ みそ とうにゅう	ぎゅうにゅう◎ にんにく しょうが キャベツ のざわな こんにゃく にんじん しめじ まいたけ えのきだけ たまねぎ ねぎ	ごはん でんぶん りんごタルト◆	あぶら ごま				
27	火	カナダ しょくパン◎	サーモンフライ■ ブロッコリーサラダ クリームチャウダー◎ メープルジャム	サーモン■ ひよこまめ ベーコン	ぎゅうにゅう◎ ブロッコリー カリフラワー たまねぎ にんじん コーン	しょくパン◎ パンこ こめこ メープルジャム	あぶら ごまドレッシング バター◎				
28	水	韓国 むぎごはん	やさいチヂミ チャブチエ 6年生 スキー学習 トックスープ	あいびきにく とりにく	ぎゅうにゅう◎ しょうが にんにく にら たまねぎ たけのこ はくさい ほししいたけ だいこん にんじん ねぎ	ごはん むぎ こむぎこ はるさめ トック さとう	あぶら ごまあぶら				
29	木	イタリア フォカッチャ	ミラノふうグリルチキン◎◆ グリーンコントルノ ラビオリースープ パンナコッタふうみかんソース◆	とりにく ウインナー ぶたにく	ぎゅうにゅう◎ ブロッコリー キャベツ パセリこ にんじん たまねぎ トマト コーン	フォカッチャ さとう パンこ こむぎこ パンナコッタふうみかんソース◆	あぶら たまごなしマヨネーズ				
30	金	中国 チャーハン	はるまき バンサンスー スミータン★	ぶたにく とうふ たまご★	ぎゅうにゅう◎ にんにく しょうが ねぎ にんじん たまねぎ きゅうり コーン	ごはん さとう はるまきのかわ はるさめ でんぶん	あぶら ごまあぶら				

### 食物アレルギーの対応について

次の食品が含まれている場合には、献立名の横に印を付けました。参考にしてください。

卵・卵製品・・・★

牛乳・乳製品・・・◎

エビ・カニ・イカ・・・※

魚類・・・■

魚卵・・・●

くだもの・・・◆

(注1) 調味料・油・出汁には印をつけていません。

献立は、都合により変更する場合があります。