



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					
				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	
		とくべつこんだて 特別献立	しゅさい ふくさい しるもの／にも デザートなど	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		たんずいかぶつ 5ぐん	ししつ 6ぐん
			魚、肉、卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	色のこい野菜、その他の野菜、きのこ、果物		米、パン、めん いも、さとう	油脂類、種実類	
9	金		あげギョウザ2こ ナムル マーボーどうふ	ぶたにく とうふ あかみそ	ぎゅうにゅう◎	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 でんぷん	あぶら ごまあぶら
12	月	成人の日							
13	火		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◎	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◎ でんぷん じゃがいも	あぶら
14	水		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 でんぷん	あぶら たまごなしマヨネーズ
15	木		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 だいず 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		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◎	しょうが こまつな もやし にんじん はくさい たまねぎ たけのこ ねぎ こんにゃく		ごはん でんぷん さとう	あぶら ごまあぶら
19	月		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 でんぷん さといも	あぶら
20	火		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 ワントンスープ	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 ワントンのかわ	あぶら
21	水		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		ミートボール2こ コールスローサラダ 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 じゃがいも ファルファール	あぶら
23	金		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★ だいず 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）	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 でんぷん りんごタルト◆	あぶら ごま
27	火	カナダ	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	やさいチヂミ チャブチェ 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	ミラノふうグリルチキン◎◆ グリーンコントロール ラビオリスープ 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◎ チーズ◎	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	はるまき バンサンスー スーミータン★	ぶたにく とうふ たまご★	ぎゅうにゅう◎ わかめ	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 でんぷん	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。