

令和8年 1月

学校給食献立表

滑川町教育委員会

| 日付 | | 献立 | | | | 食品群 | | | | 栄養量 | | | |
|-----|---|------------------------------|-----------------------------------|----|--|---------------------------------|---|---|---|------------|----------|------------|----------|
| 日 | 曜 | ス フ ー ン | 主 食 | 牛乳 | お か す | 汁 物 | 血や肉を作る | 力や体温となる | 身体の調子を整える | 小エネ ルギー | 小蛋 白質 | 中エネ ルギー | 中蛋 白質 |
| 9 | 金 | ○ | 小・クロワッサン (4〜6ねん) 中・ライスボールパン | | 【リクエスト&(アンド) なめがわまちやさいこんだて あげパン コーンサラダ (サウザンアイランドドレッシング) | なめがわまち やさいの ミルクスープ | 牛乳 鶏肉 生クリーム 脱脂粉乳 黄な粉 ベーコン | コッペパン 砂糖 クロワッサン 油 ライスボールパン バター ドレッシング | 長葱 人参 大根 白菜 キャベツ コーン 小松菜 胡瓜 | 593 | 22.4 | 767 | 28.1 |
| 13 | 火 | | ごはん | | やさしいため しろみざかなフライ(ソース) ストロベリーカスタードタルト | とんじる | 牛乳 豚肉 豆腐 味噌 たらフライ | 白飯 じゃが芋 油 蒟蒻 ストロベリーカスタードタルト | 生姜 人参 もやし ごぼう 青ピーマン 大根 キャベツ 長葱 | 738 | 26.1 | 916 | 32.2 |
| 14 | 水 | ○ | ホット ちゅうかめん | | パオズ しらたまぜんざい | とんこつ しお ラーメン | 牛乳 豚肉 なた 小豆 パオズ | ホット中華麺 油 ごま油 白玉だんご 砂糖 | 生姜 にんにく もやし コーン 長葱 人参 | 705 | 28.6 | 874 | 35.9 |
| 15 | 木 | ○ | わかめごはん | | ナムル (かんこくナムルドレッシング) とりにくのからあげ | ワンタン スープ | 牛乳 豚肉 若鶏もも竜田揚げ | わかめご飯 油 ワンタン ごま ドレッシング | キャベツ 人参 もやし ほうれん草 | 588 | 23.7 | 753 | 28.2 |
| 16 | 金 | ○ | むぎごはん | | かいそうサラダ (くたくさんたまねぎドレッシング) | ふゆやさい カレー | 牛乳 豚レバーチップ 豚肉 脱脂粉乳 シュレッドチーズ 海藻ミックス | 麦ご飯 じゃが芋 油 きび砂糖 ドレッシング | 大根 蓮根 玉葱 生姜 人参 ブロccoli ほうれん草 にんにく コーン キャベツ 胡瓜 | 642 | 20.2 | 828 | 24.4 |
| 19 | 月 | ○ | ごはん | | 《くまもとけんのりょうり》 たかないりませごはんのぐ カレーのおろしソース | タイビーエン | 牛乳 豚肉 いか 卵そぼろ 蒲鉾 油揚げ アブラカレイ竜田揚げ | 白飯 油 春雨 ごま油 きび砂糖 ごま | 生姜 玉葱 白菜 人参 さくらげ 長葱 ごぼう 大根 高菜漬 | 660 | 29.3 | 849 | 36.3 |
| 20 | 火 | ○ | フラワーロール | | はなやさいのサラダ (コーンドレッシング) ハンバーグのトマトソース | ポトフ | コーヒー牛乳 豚肉 ウィンナー ハンバーグ | フラワーロール じゃが芋 油 きび砂糖 ドレッシング | コーン 大根 カリフラワー 玉葱 キャベツ にんにく ブロッコリー 人参 セロリー パセリ | 594 | 25.0 | 749 | 30.4 |
| 21 | 水 | | | | ☆ふれあいべんとうのひ☆ | | | | | | | | |
| 22 | 木 | ○ | ごはん | | マーボーどうふ はるまき りんご | | 牛乳 豚肉 豆腐 春巻 味噌 | 白飯 砂糖 油 ごま油 澱粉 | 人参 玉葱 長葱 生姜 にら 干し椎茸 筍 にんにく りんご | 734 | 22.9 | 906 | 27.8 |
| 23 | 金 | | ごはん | | おろしやきにく のりふりかけ | わかめの みそしる | 牛乳 豚肉 豆腐 わかめ 油揚げ 味噌 のりふりかけ | 白飯 油 蒟蒻 砂糖 | 人参 長葱 玉葱 キャベツ にんにく 大根 生姜 にら | 616 | 26.3 | 792 | 32.2 |
| 26 | 月 | ○ | ごはん | | ごしきごはんのぐ | えいよう みそしる | 牛乳 豚肉 味噌 さつま揚げ 油揚げ | 白飯 油 里芋 おじゃもちボール 砂糖 | 玉葱 人参 ごぼう 小松菜 干し椎茸 大根 さやいんげん | 612 | 23.1 | 785 | 28.2 |
| 27 | 火 | | ごはん | | がめに ぶりのこうみソース | すいとん | 牛乳 豚肉 鶏肉 ぶり竜田揚げ | 白飯 すいとん 油 蒟蒻 里芋 砂糖 ごま油 | 人参 大根 白菜 小松菜 にんにく ごぼう 干し椎茸 さやいんげん 筍 蓮根 生姜 長葱 | 671 | 25.1 | 880 | 31.2 |
| 28 | 水 | | じごなうどん | | みそポテト みかん | にくじる うどん | 牛乳 豚肉 味噌 油揚げ | 地粉うどん 油 きび砂糖 砂糖 澱粉 みそポテト | 生姜 大根 人参 干し椎茸 みかん ほうれん草 長葱 | 699 | 25.2 | 828 | 29.9 |
| 29 | 木 | ○ | ごはん | | ひがしまつやまやきとりごはん 中・にらまんじゅう | ひがしまつやま やさいいり マカロニ スープ | 牛乳 豚肉 味噌 ウィンナー にらまんじゅう | 白飯 マカロニ じゃが芋 油 きび砂糖 ごま油 ごま | 人参 大根 白菜 キャベツ にんにく 生姜 小松菜 長葱 りんごピューレ | 612 | 23.6 | 831 | 31.3 |
| 30 | 金 | ○ | コッペパン スライス | | ホットドッグ [フランクフルト コールスローサラダ (コールスロドレッシング) | エルテン スープ | 牛乳 豚肉 ベーコン ソーセージ | コッペパン じゃが芋 ドレッシング | グリーンピースペースト 人参 キャベツ セロリー 玉葱 コーン | 634 | 29.8 | 810 | 37.1 |
| 14回 | | | | | | 平均栄養量 | | | | 650 | 25.1 | 826 | 30.9 |
| | | ※材料入荷の都合により献立を一部変更することがあります。 | | | | 栄養基準量 | | | | 650 | 18〜32 | 830 | 25〜40 |



あけましておめでとうございます！新しい年になり、3学期が始まりましたね。
今年もよく運動し、たくさん食べて、しっかり睡眠をとり、心も体も毎日元気に
過ごしましょう！



9日 リクエスト&滑川町野菜献立

〈リクエスト給食〉

中学3年生を対象にリクエスト給食アンケートを実施し、票数の多かった「あげパン」と「ライスボールパン(中学校のみ)」が登場します！

〈滑川町野菜の給食〉

滑川町の農家さんが大事に育てた野菜を使用します。
滑川町野菜のミルクスープに滑川町産の
長ねぎ、大根、白菜を使用します。



1月24日から30日は、 「全国学校給食週間」です！

学校給食の意義や役割への理解と関心を深め、
学校給食のより一層の充実と発展を図ることを
目的としています。

26日…「五色ご飯」と「栄養みそ汁」は大正時代の給食
です。

27日…「がめ煮」は福岡県の郷土料理です。

28日…「みそポテト」は埼玉県秩父地方の郷土料理です。

29日…東松山市献立で、東松山市産の野菜を使用した
マカロニスープと東松山名物の焼き鳥ご飯が
登場します。