

1月分予定献立表

8日(木)~20日(火)

令和7年度 山田学校給食センター

※牛乳（赤の仲間）は毎日つきます。 ※食材入荷の都合により、献立及び食材を変更することがあります。

日	主食およびおかず	あか 赤の仲間	き 黄の仲間	みどり 緑の仲間	アレルギー表示 調味料その他	エネルギー たんぱく質	お知らせと 調味料の原材料表	
		ち 血や肉になる	ねつ 熱や力の元になる	からだ の体の調子を整える		義務8品目	推奨20品目	
8 木	ミルクパン	だっしゅんにゅう ぎゅうにゅう	こむぎこ さとう ショートニング		塩 イースト	小麦 乳	一	617 768
	ラビオリのクリーム煮	とりにく しろいんげんまめピューレ ぎゅうにゅう	ラビオリ 【ラビオリ】小麦 塩 鶏肉 豚肉 玉ね ぎ バン粉 大豆 ラード 塩 砂糖 香 辛料《アレルギー:小麦 豚肉 鶏肉 大豆》	たまねぎ にんじん バセリ	ガラスープ 洋風スープ 白ワイン シチューミクス クリームポタージュ	小麦 乳	大豆 鶏肉 豚肉	24.8 30.1
	日向夏ドレッシングサラダ	ハム 【ハム】豚ロース肉 砂糖 塩 《アレルギー:豚肉》	さんおんどう こめあぶら	キャベツ きゅうり にんじん	日向夏ドレッシング 淡口しょうゆ 米酢	小麦	大豆 豚肉	
9 金	ごはん		こめ			一	一	580 705
	ぶりの照り焼き	ぶりのてりやき ぶり	さとう でんぶん		しょうが しょうゆ みりん しお	小麦	大豆	23.1 25.7
	紅白なます		さんおんどう ごま	たいこん にんじん	淡口しょうゆ 米酢	小麦	大豆 ごま	
	里芋のみぞ汁	とうふ あぶらあげ むきみそ	きとも	にんじん えのきだけ ほうれんそう	煮干だし	一	大豆	
12 月	せいじん 成人の日							
13 火	マヨネーズパン	だっしゅんにゅう	こむぎこ ショートニング 卵不使用マヨネーズ さとう		塩 イースト	小麦 乳	大豆	585 734
	ナポリタンスパゲティ	スパゲティ さんおんどう	ペークン 【ペークン】豚ばら肉 砂糖 塩《アレル ギー:豚肉》	にんじん たまねぎ ピーマン じめじ	ケチャップ トマトソース トマトピューレ 塩 こしょう ウスターソース 赤ワイン	小麦	大豆 豚肉	22.0 26.9
	ミートボールと野菜のスープ	ミートホール 【ミートホール】鶏肉 豚肉 たまねぎ でん ぶん 水あめ 塩 チキンオイル 香辛料 大豆油《アレルギー:鶏肉 豚肉 大豆》		たまねぎ にんじん ほうれんそう バセリ	ガラスープ 洋風スープ 淡口しょうゆ 塩	小麦	大豆 豚肉 セラチン 鶏肉	
14 水	ごはん		こめ			一	一	578 740
	まーほーとうふ 麻婆豆腐	ふたひきにく とうふ むぎみそ あかみそ	さんおんどう でんぶん	たけのこ たまねぎ にんじん しいたけ にら	にんにく しょうが 料理酒 麻婆ソース 濃口しょうゆ みりん	小麦	大豆 鶏肉 豚肉 セラチン	24.00 31.1
	きゅうりとささみのナムル	とりささみみずいにわかめ	【とりささみみずいに】鶏肉 塩 野菜エ キス マイタケエキス でん粉《アレル ギー:鶏肉》	さんおんどう きゅうり にんじん	淡口しょうゆ 米酢 塩	小麦	大豆 鶏肉 ごま	
15 木	こめこ 米粉パン	だっしゅんにゅう	こめこミックス ショートニング さとう		塩 イースト	小麦 乳	一	697 886
	ささみチーズフライ	ささみチーズフライ とりにく チーズ	でんぶん パンこ なたねあぶら	ほうれんそう	米発酵調味料 塩 酵母エキス こしょう 塩	小麦 乳	大豆 鶏肉	27.1 34.3
	ウインナーと野菜のソテー	ウインナー 【ウインナー】豚肉 ラード でん ぶん ミックス製剤《アレルギー: 豚肉》	こめあぶら	たまねぎ キャベツ にんじん	野菜フイヨン 塩 こしょう 淡口しょうゆ	小麦	大豆 豚肉	
	まめ 豆入りミネストローネ	とりにく	じゃがいも シェルマカロニ さんおんどう	たまねぎ プロッコリー トマト	トマトソース ケチャップ 洋風スープ ガラスープ 塩	小麦	大豆 鶏肉 豚肉 セラチン	
16 金	わかめごはん	★ひむか地産地消の日★ とりにく ★郷土料理★ 煮しめ	【さつまあげ】スケソウ タチウオ イ トリ でんぶん 大豆たん白 玉ね ぎ 砂糖 大豆油 塩《アレルギー: 大豆》	こめ	わかめごはんの素	一	一	600 754
	に 煮しめ	とりにく あつあげ さつまあげ	さといも さんおんどう	こぼう にんじん しいたけ こんにゃく サヤインゲン	濃口しょうゆ みりん	小麦	大豆 鶏肉	21.2 25.3
	はるさめ 春雨の酢の物	ハム 【ハム】豚ロース肉 砂糖 塩 《アレルギー:豚肉》	はるさめ さんおんどう ごま こまあぶら こめあぶら	もやし きゅうり にんじん	米酢 濃口しょうゆ 濃口しょうゆ	小麦	大豆 豚肉 ごま	
19 月	げんりょう 減量ごはん		こめ			一	一	615 758
	にく 肉うどん	ぎゅうにく かまぼこ	【かまぼこ】たらり身 砂糖 塩 発酵調味料 でんぶん 着色料 《アレルギー:なし》	うどん さんおんどう	にんじん ねぎ	料理酒 みりん 濃口しょうゆ 淡口しょうゆ 煮干だし	小麦 牛肉	19.9 23.8
	れんこんとツナのサラダ	まぐろみずいに	卵不使用マヨネーズ 【まぐろみずいに】きはだまぐろ 野菜エ キス 塩《アレルギー:なし》	れんこん にんじん きゅうり	淡口しょうゆ	小麦	大豆	
20 火	せわ 背割りパン	だっしゅんにゅう	こむぎこ さとう ショートニング		塩 イースト	小麦 乳	一	733 906
	チリコンカン	ワインナー ぶたひきにく たいす	じゅがいも さんおんどう	たまねぎ にんじん	にんにく トマトピューレ トマトソース ケチャップ チリパウダー ウスターソース ガラスープ 洋風スープ 塩	小麦	大豆 豚肉 セラチン	26.0 31.4
	フルーツクリーム和え		ホイップクリーム 【ホイップクリーム】砂糖 植物油 チーズ 脱脂粉乳 乳製品 塩《アレ ルギー:乳 大豆》	みかん もも バイン いちご		乳	大豆 もも	

1月分予定献立表

21日(水)~30日(金)

令和7年度 山田学校給食センター

※牛乳(赤の仲間)は毎日つきます。※食材入荷の都合により、献立及び食材を変更することがあります。

日	しゅしょく 主食およびおかず	あか 赤の仲間	き 黄の仲間	みどり 緑の仲間	ちようみりょう 調味料その他	アレルギー表示 義務8品目	工ネルギー たんぱく質 小	お知らせと 調味料の原材料表 中	
		ち 血や肉になる	ねつ 熱や力の元になる	からだ の調子を整える					
21 水	ごはん	私立入試応援献立	こめ			一	一	【青じそドレッシング】 ぶどう糖果糖液糖 ショウゆ 酢 かつおだし 塩 こんぶだし はくさいエキス オニオン エキス 塩蔵青じそ《アレルギー:小麦 大豆》	
	豚ヒレかつ (小1個・中2個)	ぶたヒレかつ ぶたヒレにく	パンこ だいすあぶら こめあぶら		しょうゆ 塩 香辛料	小麦	豚肉 大豆		
	添えキャベツ			キャベツ にんじん	青じそドレッシング	小麦	大豆		
	みそけんちん汁	とりにく どうふ あぶらあげ むぎみそ		にんじん だいこん しめじ ごぼう こんにゃく ねぎ	かつおだし	一	大豆 鶏肉		
22 木	1食とんかつソース				1食とんかつソース	一	大豆 りんご	【一食とんかつソース】 砂糖 マト リンゴ 酢 塩 でんぶん 玉ねぎ 香辛料 大豆たんぱく にんじん 《アレルギー:大豆 りんご》	
	コッペパン	たっしゅんにゅう	こむぎこ さとう ショートニング		塩 イースト	小麦 乳	一		
	人参ポタージュ	とりにく きゅうにゅう しろいんげんまめピューレ	なまクリーム じゃがいも	にんじん たまねぎ すりおろしにんじん パセリ	カラスープ 塩 クリームポタージュ	小麦 乳	大豆 豚肉 鶏肉		
23 金	サラダスパゲティ	まぐろみすに 【まぐろみすに】きはだまぐろ 野菜エ キス 塩《アレルギー:なし》	スパゲティ	きゅうり キャベツ にんじん コーン	たまねぎドレッシング	小麦	大豆 豚肉	【クリームポタージュの素】 小麦 ホエイパウダー 植物 油 コーンスター チ 脱脂粉 乳 ぶどう糖 塩 砂糖 野菜 パウダー 全粉乳 豚脂 ポークエキス《アレルギー:小 麦 乳 大豆 豚肉》	
	ごはん		こめ			一	一		
	高野豆腐の卵とじ	ふたにく たまご こうやどうふ	さんおんとう こめあぶら	にんじん たまねぎ さやいんげん	みりん 料理酒 濃口しょうゆ	小麦 卵	大豆 豚肉		
24 月	ごぼう団子汁	ごぼうだんこ とうふ むぎみそ	【ごぼうだんご】たら ごぼう でんぶ ん ラード 砂糖 醤油 塩《アレ ルギー:小麦 大豆 豚肉》		にんじん たまねぎ だいこんば	しょうが 煮干だし	小麦	大豆 豚肉	
	むぎごはん		こめ むぎ			一	一	【ハイシリウ】 小麦粉 ラード バーム油 塩 砂糖 トマトペースト たまねぎ 脱脂大豆 にんにく 香辛料 《アレルギー:小麦 大豆 豚 肉》	
	ハヤシライス	ふたにく しろいんげんまめピューレ		たまねぎ にんじん マッシュルーム	カラスープ ケチャップ デミグラスソース 赤ワイン ハイシリウ	小麦	大豆 豚肉 鶏肉		
25 火	やさいの野菜サラダ	ほぐしかまぼこ 【ほぐしかまぼこ】たら ほき 塩 砂糖 でん粉 かつおエキス えごま油《アレ ルギー:なし》	さんおんこう こま	キャベツ きゅうり にんじん	淡口しょうゆ 米酢	小麦	大豆 ごま	【とろけるカレー】 小麦粉 食用油脂 砂糖 でん粉 塩 カレー粉 さつまい も 白菜 キャベツ 玉ねぎ 香辛料《アレルギー:小麦》	
	ピタパン	たっしゅんにゅう	こむぎこ さとう ショートニング だいすあぶら		麦麹 イースト	小麦 乳	大豆		
	ドライカレー	ふたひきにく		たまねぎ にんじん あおまめ	にんにく カレー粉 ケチャップ ウスター ソース とろけるカレー リウ	小麦	豚肉 大豆		
26 水	とりだんご はるさめ 鶏団子と春雨のスープ	さくらじまとりにくたんご 【さくらじまとりにくたんご】鶏肉 玉ねぎ 大豆 たん白 人参 パン粉 でんぶん 砂糖 香辛 料 塩《アレルギー:小麦 大豆 豚肉》	はるさめ	たまねぎ にんじん ちんげんさい にら	中華だし カラスープ 淡口しょうゆ 料理酒 塩	小麦	大豆 鶏肉	【カレー粉】 ターメリック コリアンダー クミン フェネグリーク こしょう 赤とうがら しちんび 香辛料 《アレルギー:なし》	
	ねったぼ	きなこ	ねつたぼ さつまいも さとう もちこ		塩 乳化剤	一	大豆		
	ごはん		こめ			一	一		
27 木	すぶた 酢豚	ふたにく	でんぶん さんおんとう こめあぶら	たけのこ にんじん ビーマン たまねぎ しいたけ	にんにく しょうが 濃口しょうゆ 米酢 ケチャップ 料理酒	小麦	大豆 豚肉	【和風ドレッシング】 大豆油 なたね油 酢 砂 糖 しょうゆ 玉ねぎ 塩 粒 マスター こしょう にんにく 《アレルギー:小麦 大豆 豚肉 りんご》	
	えのきと豆腐の中華スープ	とりにく とうふ		たまねぎ にんじん えのきたけ ちんげんさい	カラスープ 中華だし 淡口しょうゆ 塩	小麦	大豆 鶏肉		
	減量黒糖パン	だっしゅんにゅう ★ペジ活の日★ 小学校 130g 中学校 155g	こむぎこ さとう ショートニング		塩 イースト	小麦 乳	一		
28 金	五目ピーフン	心たにく かまぼこ	【まぼこ】たらり身 砂糖 塩 醤調味料 でんぶん 着色料《アレ ルギー:なし》	ピーフン こめあぶら	もやし キャベツ にんじん たまねぎ しいたけ ねぎ	しょうが 料理酒 淡口しょうゆ 中華だし ウスター ソース 塩	小麦	大豆 豚肉	【和風ドレッシング】 トマト なたね油 酢 砂 糖 しょうゆ 玉ねぎ 塩 粒 マスター こしょう にんにく 《アレルギー:小麦 大豆 豚肉 りんご》
	ツナとほうれん草のサラダ	まぐろみすに 【まぐろみすに】きはだまぐろ 野菜エ キス 塩《アレルギー:なし》		きゅうり ほうれん草 にんじん コーン	和風ドレッシング	小麦	大豆 豚肉 りんご		
	減量ごはん	山田中学校3年2組 リクエスト給食	こめ			一	一		
29 月	とり 鶏のからあげ (2個)	とりにく	でんぶん こむぎこ こめあぶら		にんにく しょうが 濃口しょうゆ 淡口しょうゆ 料理酒	小麦	大豆 鶏肉	【とろけるカレー】 小麦粉 食用油脂 砂糖 でん粉 塩 カレー粉 さつまい も 白菜 キャベツ 玉ねぎ 香辛料《アレルギー:小麦》	
	ひじきとツナのサラダ	まぐろみすに ひじき	【まぐろみすに】きはだまぐろ 野菜エ キス 塩《アレルギー:なし》	卵不使用 マヨネーズ	きゅうり にんじん	淡口しょうゆ	小麦		
	キムチ汁	ふたにく むぎみそ		にんじん しめじ だいこん はくさいキムチ にら	【はくさいキムチ】白菜 砂糖 酢 塩 唐辛子 にんにく《ア レルギー:なし》	煮干だし	一 大豆 豚肉		
	がつきゅう 学給たいふく		がつきゅうだいふく バームあぶら だいすあぶら とうにゅうクリーム さとう もちこ みすあめ		塩	一	大豆		

よく使用する調味料の原材料表示

むぎみそ 大麦 大豆 塩 水あめ 《アレルギー:大豆》	あかみそ 大麦 大豆 塩 水あめ 《アレルギー:大豆》	濃口しょうゆ 大豆 小麦 塩 アルコール 《アレルギー:小麦 大豆》	淡口しょうゆ 大豆 小麦 塩 アルコール 《アレルギー:小麦 大豆》	ケチャップ トマト 砂糖 酢 塩 玉ね ぎ 香辛料 《アレルギー:なし》	デミグラスソース 小麦粉 ラード 玉ねぎ チキ ンエキス にんじん 砂糖 で ん粉 塩 香辛料 《アレルギー:小麦 鶏肉》	トマトソース トマト 玉ねぎ 大豆油 砂糖 にんにく 植物油 塩 《アレルギー:大豆》
ウスター ソース 砂糖 塩 玉ねぎ 酢 香辛 料 トマト カラメル色素 《アレルギー:なし》	野菜フイヨン 塩 砂糖 たまねぎ にん にく 植物油 トマト 香辛料 《アレルギー:なし》	丸鶏がらスープ 塩 チキンエキス 鶏脂 玉 ねぎ にんじん キャベツ 香辛料 《アレルギー:鶏肉》	がらスープ チキンエキス	コンソメ 塩 砂糖 鶏肉 魚醤 香辛 料 トマト 玉ねぎ 人参 《アレルギー:鶏肉 鶏肉 豚肉》	洋風スープ 塩 塩 でんぶん 玉ねぎ にんにく トマトエキス にん じんエキス 豚肉 大豆 ゼラチ ン	中華だし デキストリン 塩 コーンスター チ 砂糖 酵母エキス にんにく はくさい しょうが 香辛料 《アレルギー:なし》