

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	しゅしよく 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	ちようみりよう 調味料その他	アレルギー表示		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 体の調子を整える		義務8品目	推奨20品目	小	中		
8 木	ミルクパン				塩 イースト	小麦乳	－	617	768	<div>《お知らせ》 ●給食で出る魚料理は、骨が残っていることがあるので注意して食べましょう。 ●27日のねったぼ、30日の学給だいふくは、のどに詰まらせないように、少しずつ口に入れ、よく噛んで食べましょう。</div>	
	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 パン粉 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 ハセリ	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		
	ひゅうがなつ 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》	さんおんとう 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			－	－	580	705	<div>【料理酒】 料理酒 アルコール 酸味料《アレルギー：なし》 【みりん】 本みりん 液状ブドウ糖 醸造アルコール 水《アレルギー：なし》 【赤ワイン・白ワイン】 米発酵調味料 ワイン ブドウ糖 アルコール 塩 果実色素 香料 酸味料 酸化防止剤《アレルギー：なし》 【米酢】 米 アルコール《アレルギー：なし》</div>	
	ぶりの照り焼き	ぶりの ぶりのてりやき	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		
	こうはく 紅白なます		さんおんとう こま	だいこん にんじん	淡口しょうゆ 米酢	小麦	大豆 こま				
	さといも 里芋のみそ汁	とうふ あぶらあげ むぎみそ	さといも	にんじん えのきだけ ほうれんそう	煮干だし	－	大豆				
12 月	せいじん 成人の日										<div>【赤ワイン・白ワイン】 米発酵調味料 ワイン ブドウ糖 アルコール 塩 果実色素 香料 酸味料 酸化防止剤《アレルギー：なし》</div>
13 火	マヨネーズパン	だっしふんにゅう	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	<div>【米酢】 米 アルコール《アレルギー：なし》</div>	
	ナポリタンスパゲティ	スパゲティ さんおんとう	ベーコン 【ベーコン】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 しめじ	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	ミートボール 【ミートボール】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 ハセリ	ガラスープ 洋風スープ 淡口しょうゆ 塩	小麦	大豆 豚肉 ゼラチン 鶏肉				
14 水	ごはん		こめ			－	－	578	740	<div>【シチューミクス】 小麦粉 植物油 砂糖 でんぶん 塩 粉乳 玉ねぎ チーズ 鶏肉エキス 豚肉エキス 野菜エキス 香辛料《アレルギー：小麦 乳 大豆 鶏肉 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》</div>	
	まーぼーどうふ 麻婆豆腐	ふたひきにく とうふ むぎみそ あかみそ	さんおんとう でんぶん	だけのこ たまねぎ にんじん ししいだけ いら	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 ゼラチン	24.00	31.1		
	きゅうりとささみのナムル	とりささみみずに わかめ	【とりささみみずに】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》	さんおんとう こまあぶら	きゅうり にんじん	淡口しょうゆ 米酢 塩	小麦	大豆 鶏肉 こま			
15 木	こめこ 米粉パン	だっしふんにゅう	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	－	697	886	<div>【日向夏ドレッシング】 食用植物油脂(なたね・大豆) 日向夏みかん果汁 調味酢 しょうゆ 調味料 からし《アレルギー：小麦 大豆》</div>	
	ささみチーズフライ	とりにく チーズ ささみチーズフライ	でんぶん パンこ なたねあぶら こめあぶら	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	野菜ブイオン 塩 こしょう 淡口しょうゆ	小麦	大豆 豚肉				
	まめい 豆入りミネストローネ	とりにく じゃがいも シエルマカロニ さんおんとう		たまねぎ ブロッコリー 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 ゼラチン				
16 金	★ひむか地産地消の日★ とりにく ★郷土料理★ 煮しめ	とりにく あつあげ さつまあげ	【さつまあげ】スケツウ タチオ イトヨリ 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》	さといも さんおんとう	こぼろ にんじん ししいだけ こんにゃく さやいんげん	濃口しょうゆ みりん	小麦	大豆 鶏肉	21.2	25.3	<div>【わかめごはんの素】 塩蔵わかめ 塩 砂糖 酵母エキス《アレルギー：なし》</div>
	はるさめ すのものの 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 さんおんとう こま こまあぶら こめあぶら	もやし きゅうり にんじん	米酢 淡口しょうゆ 濃口しょうゆ	小麦	大豆 豚肉 こま				
	19 月	げんりよう 減量ごはん		こめ		わかめごはんの素	－	－	600	754	<div>【卵不使用マヨネーズ】 大豆油 なたね油 酢 塩 砂糖 大豆たん白 マスタード《アレルギー：大豆》</div>
にく 肉うどん		ぎゅうにく かまぼこ	【かまぼこ】たらすり身 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 さんおんとう	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	大豆 牛肉	19.9	23.8	
れんこんとツナのサラダ		まぐろみずに 【まぐろみずに】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	れんこん きゅうり	淡口しょうゆ	小麦	大豆				
20 火	せわ 背割りパン	だっしふんにゅう	こむぎこ さとう ショートニング		塩 イースト	小麦乳	－	733	906	<div>【チリパウダー】 唐辛子 コーンパウダー 塩 クミン オレガノ ガーリック《アレルギー：なし》</div>	
	チリコンカン	ウインナー ふたひきにく だいず	じゃがいも さんおんとう	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 鶏肉 ゼラチン	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 バイリン 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	主食およびおかず	あかなかま 赤の仲間	きなかま 黄の仲間	みどりなかま 緑の仲間	ちようみりよう 調味料その他	アレルギー表示		エネルギー たんぱく質		お知らせと 調味料の原材料表
		ちにく 血や肉になる	ねつちからもと 熱や力の元になる	からだちやしとど 体の調子を整える		義務8品目	推奨20品目	小	中	
21	ごはん	私立入試応援献立				—	—	643	766	【青じそドレッシング】 ぶどう糖果糖液糖 しょうゆ 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》 【一食とんかつソース】 砂糖 トマト りんご 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》
水	豚ヒしかつ (小1個・中2個)	ふたヒレかつ ぶたヒレにく	パンこ だいすあぶら		しょうゆ 塩 香辛料	小麦	豚肉 大豆	27.4	29.1	
	添えキャベツ		こめあぶら	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 とうふ 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	—	大豆 鶏肉			
	1食とんかつソース				1食とんかつソース	—	大豆 りんご			
22	コッペパン	だっしふんにゅう	こむぎこ さとう ショートニング		塩 イースト	小麦乳	—	612	758	【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》
木	人参ポタージュ	とりにく きゅうにゅう しろいんげんまめビュレ	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	ガラスープ 塩 クリームポタージュ	小麦乳	大豆 豚肉 鶏肉	25.0	30.3	
	サラダスパゲティ	まぐろみずに 【まぐろみずに】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			
23	ごはん		こめ			—	—	599	755	【たまねぎドレッシング】 酢 しょうゆ 植物油脂 玉ねぎ 砂糖 しいたけ かつおだし にんにく 《アレルギー：小麦 大豆 豚肉》
金	高野豆腐の卵とじ	ぶたにく たまご こうやどうふ	さんおんどう 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 淡口しょうゆ 濃口しょうゆ	小麦 卵	大豆 豚肉	24.3	29.0	
	ごぼう団子汁	ごぼうだんご とうふ むぎみそ	【ごぼうだんご】タラ 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			
26	麦ごはん		こめ むぎ			—	—	628	774	【ハিশルウ】 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》
月	ハヤシライス	ぶたにく しろいんげんまめビュレ		たまねぎ にんじん マッシュルーム	ガラスープ ケチャップ デミグラスソース 赤ワイン ハিশルウ	小麦	大豆 豚肉 鶏肉	22.4	26.6	
	野菜サラダ	ほぐしかまぼこ 【ほぐしかまぼこ】たら でん粉 かつおエキス ルギー：なし	ほき 塩 砂糖 えごま油《アレルギー：なし》	さんおんどう ごま	キャベツ きゅうり にんじん	小麦	大豆 ごま			
27	ピタパン	だっしふんにゅう	こむぎこ さとう ショートニング だいすあぶら		麦麴 イースト	小麦乳	大豆	593	703	【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》 【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》
火	ドライカレー	ぶたひきにく		たまねぎ にんじん あおめ	にんにく カレー粉 ケチャップ ウスターソース とろけるカレールウ	小麦	豚肉 大豆	24.9	29.2	
	鶏団子と春雨のスープ	【さくらじまどりにくだんご】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 鶏肉》	はるさめ	たまねぎ にんじん ちんげんさい にら	中華だし ガラスープ 淡口しょうゆ 料理酒 塩	小麦	大豆 鶏肉			
	ねったぼ	きなこ	ねったぼ さつまいも さとう もちこ		塩 乳化剤	—	大豆			
28	ごはん		こめ			—	—	646	808	【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 粒マスタード こしょう にんにく 《アレルギー：小麦 大豆 豚肉 りんご》
水	酢豚	ぶたにく	でんぶん さんおんどう こめあぶら	だけのこ 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	21.9	26.4	
	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 えのきだけ ちんげんさい	ガラスープ 中華だし 淡口しょうゆ 塩	小麦	大豆 鶏肉			
29	減量黒糖パン	だっしふんにゅう	こむぎこ さとう くるさとう ショートニング		塩 イースト	小麦乳	—	580	736	★ベジ活の日★ 小学校 130g 中学校 155g
木	五目ビーフン	ぶたにく かまぼこ 【かまぼこ】たらすり身 砂糖 塩発酵調味料 でんぶん 着色料《アレルギー：なし》	ビーフン 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	21.5	26.4	
	ツナとほうれん草のサラダ	まぐろみずに 【まぐろみずに】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			
30	減量ごはん	山田中学校3年2組 リクエスト給食	こめ			—	—	760	956	
金	鶏のからあげ（2個）	とり	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	27.2	33.8	
	ひじきとツナのサラダ	まぐろみずに ひじき 【まぐろみずに】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	大豆			
	キムチ汁	ぶたにく とうふ 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	—	大豆 豚肉			
	学給だいふく		がっきゅうだいふく 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 みずあめ		塩	—	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 大豆 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》	野菜ブイヨン 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 《アレルギー：鶏肉》	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 豚肉》	洋風スープ 砂糖 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《アレルギー：大豆 豚肉 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》