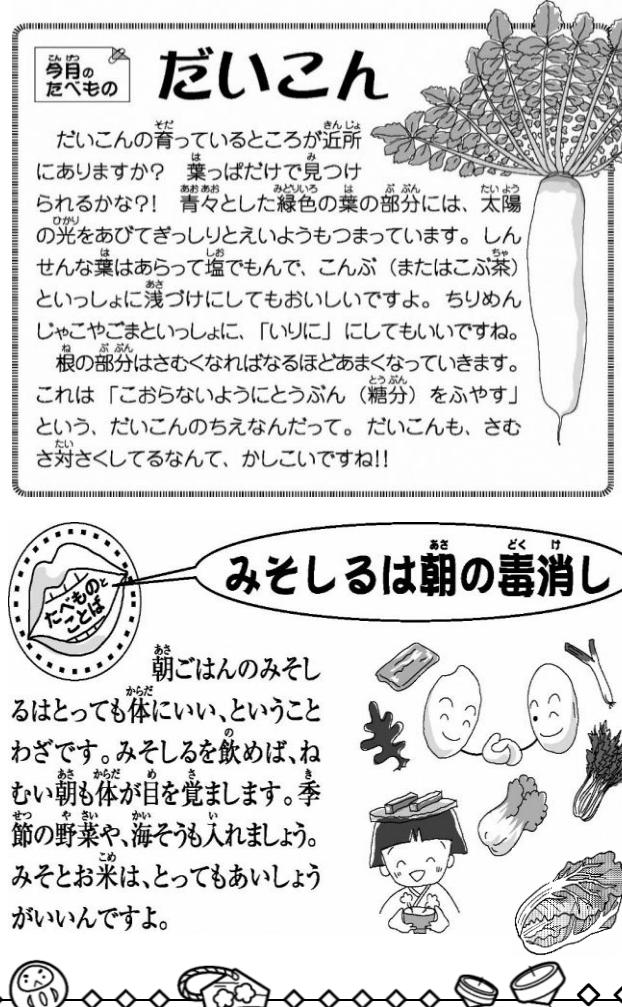


1月8日(木) 641kcal		1月9日(金) 597kcal		1月12日(月・祝)		1月13日(火) 587kcal	
ごはん 牛乳 マーボー豆腐 切干大根の中華サラダ		ごはん 牛乳 たぬき汁 鮭の塩焼		せいじんひ 成人の日		ごはん 牛乳 かき玉汁 厚あげの中華煮	
食品名	1人分	食品名	1人分			食品名	1人分
米	80.00	米	80.00			米	80.00
* 牛乳	206.00	* 牛乳	206.00			* 牛乳	206.00
豚ミンチ	24.00	平天	8.00			* 卵	20.00
土しょうが	0.56	油あげ	10.00			豆腐	15.00
おろしにんにく	0.20	こんにゃく	20.00			チンゲン菜	20.00
トウバンジャン	0.20	にんじん	15.00			たまねぎ	15.00
ひまわり油	0.80	えのきたけ	10.00			にんじん	8.00
豆腐(冷)	92.00	青ねぎ	5.00			* うす口しょうゆ	3.70
たまねぎ	40.00	おろししょうが	0.30			しお	0.30
外刃(水煮)	9.60	でん粉	1.00			酒	0.50
にんじん	9.60	* うす口しょうゆ	2.60			でん粉	1.00
青ねぎ	2.80	* こい口しょうゆ	1.20			けずりぶし	3.00
かく千椎茸	0.96	しお	0.37			水	120.00
★町内産みそ	2.96	けずりぶし	2.00			絹厚あげ	30.00
八丁みそ	2.00	水	120.00			豚肉	15.00
三温糖	1.60					おろししょうが	0.01
* こい口しょうゆ	2.96	塩鮭	50.00			ひまわり油	0.25
酒	2.40					にんじん	10.00
オイスターソース	2.00					たまねぎ	20.00
でん粉	1.60					外刃(水煮)	7.00
ごま油	0.24					三度豆(冷)	2.00
チキンブイヨン	4.00					* こい口しょうゆ	1.80
水	24.00					三温糖	0.40
切干大根	4.00					トウバンジャン	0.10
太もやし	15.00					オイスター	0.50
小松菜	5.00					赤みそ	1.20
にんじん	4.00					酒	0.30
* ポークハム	5.00					しお	0.15
* しょうゆ・うす	2.80					こしょう	0.02
酢	1.60					チキンブイヨン	3.00
ごま油	0.30					* 鶏ガラスープ	1.20
上白糖	0.70					水	15.00
しお	0.08					でん粉	0.50
からし粉	0.02					ごま油	0.25

幼稚園 8・9日 給食なし

がつ よっていこんだてひょう  
1月 予定献立表



都合により、食材や献立が変更になる場合があります。ご了承ください。  
給食の実施日については、学校だより等もあわせてご確認ください。

宇治田原町立 学校給食共同調理場

1月14日(水) 618kcal		1月15日(木) 566kcal		1月16日(金) 608kcal		1月17日(土) 671kcal		1月19日(月)	
黒豆ごはん 牛乳 ぞう煮 豚肉の生姜炒め		きなこパン 牛乳 冬野菜のスープ煮 まめまめサラダ		ごはん 牛乳 根菜汁 ぶりのガーリック焼き		救給カレー 牛乳 ひじきサラダ		小・中学校振替休業日 きゅうしょく 給食なし	
食品名	1人分	食品名	1人分	食品名	1人分	食品名	1人分	食品名	1人分
炒り黒豆	6.00	小型コッペパン	40.00	米	80.00	* 牛乳	206.00		
油あげ	2.00	揚げ油	4.00						
にんじん	2.50	きな粉	4.50	* 牛乳	206.00	救給カレー	250.00		
酒	2.00	三温糖	5.00						
しお	0.50	しお	0.10	* 鶏肉手切りなし	10.00	干しひじき	1.60		
米	80.00			酒	0.50	ツナ	3.00		
* 牛乳	206.00	* 牛乳	206.00	しお	0.05	ごぼう	12.00		
		豚肉	20.00	でん粉	0.50	にんじん	8.00		
いももち	25.00	しお	0.10	れんこん	20.00	キャベツ	8.00		
かまぼこ	7.00	こしょう	0.01	大根	15.00	ホールコーン	8.00		
にんじん	8.00	白ワイン	1.00	にんじん	10.00	* こい口しょうゆ	1.00		
大根	20.00	ひまわり油	0.50	ごぼう	5.00	マヨネーズ(卵なし)	7.50		
青ねぎ	3.00	はくさい	30.00	つきこんにゃく	10.00	練りごま	1.60		
★町内産みそ	3.00	大根	30.00	* こい口しょうゆ	0.80				
白みそ	7.00	にんじん	20.00	* うす口しょうゆ	1.50				
* うす口しょうゆ	0.80	たまねぎ	20.00	しお	0.40				
だしこんぶ	0.50	カリフラワー	7.00	けずりぶし	2.00				
けずりぶし	0.50	しお	0.80	水	130.00				
水	100.00	こしょう	0.03	酒	1.00				
		* うす口しょうゆ	0.50						
豚肉	50.00	でん粉	1.00	はまち切り身	50.00				
酒	1.00	チキンブイヨン	10.00	しお	0.20				
土しょうが	1.00	水	50.00	こしょう	0.02				
たまねぎ	30.00			* こい口しょうゆ	2.00				
三温糖	1.00	ツナ	13.00	酒	1.00				
* こい口しょうゆ	4.00	* 大豆(北海道)	10.00	みりん	2.00				
みりん	1.00	枝豆	10.00	おろしにんにく	0.30				
ごま油	0.50	ホールコーン	8.00						
		三温糖	0.20						
		酢	0.70						
		* うす口しょうゆ	1.80						
		ごま油	0.06						

正月 献立

防災の日  
献立

幼稚園 給食なし

がつ にち にち  
1月24日～30日は

ぜんこく がっこう  
全国 学校

きゅうしょく しゅうかん  
給食 週間 です



1月20日(火) 597kcal		1月21日(水) 605kcal		1月22日(木) 597kcal		1月23日(金) 611kcal		1月26日(月) 578kcal	
ごはん 牛乳 大根のみそ汁 鶏肉のレモン風味焼き 白菜のごま和え		ごはん 牛乳 春雨スープ 豚キムチ		味付けパン 牛乳 ボルシチ 海のミネラルサラダ		ごはん 牛乳 油揚げと小松菜のみそ汁 ちくわとごぼうのきんぴら		ごはん うじたわら漬け 牛乳 おでん チンゲン菜としめじのごま和え	
食品名	1人分	食品名	1人分	食品名	1人分	食品名	1人分	食品名	1人分
米	80.00	米	80.00	味付けパン	60.00	米	80.00	米	80.00
*牛乳	206.00	*牛乳	206.00	*牛乳	206.00	*牛乳	206.00	うじたわら漬け	6.00
大根	20.00	鶏肉	15.00	豚肉	20.00	油あげ	10.00	*牛乳	206.00
油あげ	10.00	緑豆はるさめ	7.00	赤ワイン	1.00	カットわかめ	1.00		
にんじん	8.00	にんじん	10.00	じゃがいも	30.00	小松菜	10.00	*鶏肉手切皮なし	24.00
たまねぎ	20.00	たまねぎ	20.00	にんじん	20.00	たまねぎ	20.00	うずら卵	20.00
青ねぎ	1.50	はくさい	20.00	たまねぎ	40.00	★町内産みそ	7.00	平天	16.00
カットわかめ	0.35	カット干椎茸	1.00	キャベツ	20.00	甘みそ	3.00	にんじん	22.00
★町内産みそ	8.00	土しょうが	0.20	トマトピューレ	6.00	けずりぶし	3.00	大根	55.00
甘みそ	3.00	酒	2.00	ケチャップ	6.00	水	150.00	さといも(冷)	16.00
けずりぶし	3.00	しお	0.50	しお	0.70			こんにゃく	20.00
水	130.00	こしょう	0.03	こしょう	0.03	豚肉	30.00	角切こんぶ	0.40
		*うす口しょうゆ	2.00	ローリエ	0.01	ちくわ	15.00	しお	0.40
*鶏肉・手切れ	50.00	チキンブイヨン	8.00	チキンブイヨン	6.00	にんじん	25.00	三温糖	0.60
しお	0.35	水	120.00	水	65.00	ごぼう	15.00	*うす口しょうゆ	2.90
こしょう	0.03					三度豆(冷)	5.00	*こい口しょうゆ	1.20
おろしにんにく	0.20	豚肉	50.00	海藻サラダ	1.10	三温糖	1.50	みりん	1.40
レモン果汁	2.50	たまねぎ	20.00	さゆうり	24.00	*こい口しょうゆ	1.50	けずりぶし	2.00
*小麦粉	0.50	にら	7.00	いか	24.00	みりん	0.50	水	70.00
オリーブ油	0.50	キムチ漬け	25.00	三温糖	1.20	ひまわり油	1.00		
		ごま油	1.00	*うす口しょうゆ	2.70	白いりごま	1.00	キャベツ	30.00
はくさい	40.00	*こい口しょうゆ	1.30	酢	1.80			チンゲン菜	20.00
チンゲン菜	8.00	三温糖	0.20	ごま油	0.50			しめじ	6.00
かまぼこ	5.00	しお	0.20					*こい口しょうゆ	1.40
白すりごま	1.00							三温糖	0.50
三温糖	0.50							しお	0.15
*こい口しょうゆ	2.50							白いりごま	1.00

22, 23日 中学3年 給食なし

今年の給食週間のテーマは、「食べて元気に！『まごわやさしい』給食」です。

※まめ(豆類)、ごま(種実類)、わかめ(海藻類)、やさい(野菜全般)、さかな(魚類)、しいたけ(きのこ類)、いも(いも類)  
食品の頭文字をとって作られた合言葉です。これらの食品をバランスよく摂ることで、栄養バランスの取れた健康的な食生活をお送ることができます。



1月27日(火) 625kcal		1月28日(水) 621kcal		1月29日(木) 720kcal		1月30日(金) 674kcal		よくかんで 食べよう
十六穀わかめごはん 牛乳 きゃべつのみそ汁 高野豆腐の煮物		ごはん 牛乳 すまし汁 鯖のみそ煮		国産小麦パン 牛乳 冬のあつたかクリームシチュー ほうれん草とコーンのツナサラダ		ごはん 牛乳 豚汁 サツマイモのかき揚げ		
食品名	1人分	食品名	1人分	食品名	1人分	食品名	1人分	
米	80.00	米	80.00	*国産小麦パン	80.80	米	80.00	
十六穀米	3.00							
炊き込みわかめ	2.50	*牛乳	206.00	*牛乳	206.00	*牛乳	206.00	
*牛乳	206.00	豆腐	23.00	鶏肉	20.00	豚肉	20.00	
		鶏肉	15.00	大かぶ	20.00	酒	0.50	
キャベツ	30.00	かまぼこ	8.00	はくさい	20.00	油あげ	5.00	
たまねぎ	10.00	★町内産しいたけ	5.00	にんじん	10.00	大根	20.00	
油あげ	10.00	えのきたけ	5.00	たまねぎ	30.00	にんじん	10.00	
青ねぎ	2.50	小松菜	10.00	ひまわり油	0.50	さといも(冷)	10.00	
★町内産みそ	7.00	にんじん	8.00	*小麦粉	4.00	青ねぎ	2.00	
甘みそ	3.00	*うす口しょうゆ	1.80	*生クリーム	20.00	★町内産みそ	7.00	
けずりぶし	3.00	しお	0.60	白ワイン	1.00	甘みそ	3.00	
水	130.00	けずりぶし	2.00	しお	0.90	*こい口しょうゆ	0.10	
		水	120.00	こしょう	0.03	けずりぶし	3.00	
鶏肉	10.00			ローリエ	0.02	水	110.00	
高野豆腐	12.00	*生鯖	40.00	チキンブイヨン	6.00			
にんじん	6.00	土しょうが	1.00	水	50.00	さつまいも	35.00	
三度豆(冷)	6.00	*こい口しょうゆ	3.00			たまねぎ	15.00	
三温糖	3.00	三温糖	4.00	ツナ	10.00	にんじん	10.00	
しお	0.10	酒	1.50	キャベツ	20.00	しお	0.20	
*うす口しょうゆ	4.00	みりん	1.50	ほうれんそう	5.00	*小麦粉	9.00	
*こい口しょうゆ	0.40	*信州みそ	4.00	にんじん	4.00	でん粉	2.70	
みりん	1.20	水	40.00	ホールコーン	10.00	水	2.30	
酒	0.80			三温糖	0.50	揚げ油	6.00	
だし汁	50.00			しお	0.10			
				こしょう(缶)	0.02			
				*うす口しょうゆ	1.00			
				ひまわり油	1.00			
				酢	2.00			

