

Aブロック(小学校)

令和 7 年度 1 月分 献立

日	1月8日 (木)	1月9日 (金)	1月13日 (火)	1月14日 (水)	1月15日 (木)	1月16日 (金)
献立名	★ねぎ塩豚丼(御飯) 牛乳 切干大根のサラダ	子どもパン 牛乳 チリコンカン コールスロー 豆乳プリンタルト	御飯 牛乳 オーロラソース和え 鶏肉と野菜のすまし汁 キャベツのサラダ	★御飯 牛乳 豚肉の生姜焼き 切干大根と糸昆布の煮付け 酢の物	ソイ丼(麦御飯) 牛乳 変わり和え ぼんかん	味噌ラーメン 牛乳 春巻き 小松菜のサラダ
材料名及び分量(一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)
	御飯	84.8	子供パン40g(1・2年生)	59	御飯	67
	★豚もも肉(酒漬)	30	子供パン50g(3・4年生)	74	御飯	67
	★豚肩肉(酒漬)	30	子供パン60g(5・6年生)	89	牛乳(200ml)	206
	長ねぎ	20			牛乳(200ml)	206
	キャベツ	20	牛乳(200ml)	206	豚レバー(生姜醤油にんにく漬) 鶏粉付	45
	人参	5			米油	7
	もやし	20	大豆	20	トマトケチャップ	9
	小松菜	10	豚もも挽肉	13	ウスターソース	5
	にんにく	0.2	豚肩挽肉	13	上白糖	2
	塩	1	玉ねぎ	30	水	2
	本みりん	1	人参	8	鶏もも肉	11
	レモン果汁	2	にんにく	0.1	鶏胸肉	11
	馬鈴薯澱粉	0.6	米油	1	大根	15
			トマトケチャップ	16	鶏もも肉	8
	牛乳(200ml)	206	ウスターソース	2	鶏胸肉	8
			スープストック	0.5	突こんにゃく	15
	切干大根	6	チリパウダー	0.25	人参	8
	きゅうり	10	パプリカ	0.2	油揚げ	4
	人参	8	白こしょう	0.03	上白糖	2.5
	米サラダ油	2	水	20	濃口醤油	6
	濃口醤油	3.3			水	25
			キャベツ	45	かつお削り節パック(だし用)	1.7
			人参	8		
			米サラダ油	2	キャベツ	40
			上白糖	0.8	きゅうり	10
			塩	0.2	人参	9
			りんご酢	2	中華ドレッシング(ボトル)	5
			豆乳プリンタルト25g	25		
					きゅうり	10
					春雨	5
					乾燥カットわかめ	0.5
					米酢	3
					濃口醤油	3
					上白糖	1.2
					塩	0.1
					麦御飯	76.8
					大豆	15
					豚もも挽肉	18
					豚肩挽肉	18
					ショルダーベーコン	8
					小松菜	20
					人参	5
					米油	1
					水	15
					濃口醤油	3
					上白糖	1.5
					本みりん	3
					カレールウ	5
					塩	0.05
					牛乳(200ml)	206
					もやし	30
					きゅうり	10
					人参	5
					ホールコーン	15
					ごま油	0.2
					濃口醤油	2.2
					米サラダ油	2
					米酢	2
					バックかつお削り節	0.4
					ぼんかん	100
					中華麺(1・2・3年生)	154
					中華麺(4・5・6年生)	198
					もやし	15
					ホールコーン	10
					長ねぎ	10
					人参	5
					豚肩挽肉	4
					豚もも挽肉	4
					白すりごま	1
					根生姜	0.5
					にんにく	0.2
					干椎茸スライス	0.5
					赤味噌	15
					濃口醤油	3.2
					上白糖	0.8
					中華用スープストック	0.5
					ごま油	0.3
					白こしょう	0.03
					鶏がら	4
					牛乳(200ml)	206
					春巻50g	50
					米油	6
					小松菜	30
					キャベツ	30
					人参	8
					濃口醤油	3
					米サラダ油	2.5

※★印が付いた献立は、特定原材料8品目【卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ】を使用しない献立です。但し、飲用牛乳、醤油(小麦)は使用します。使用されている加工食品及び原料配合表の該当する食品に★印が付いています。

※パンの献立に表示されている材料名の重量は、小麦粉及び生地重量です。

日	1月19日 (月)		1月20日 (火)		1月21日 (水)		1月22日 (木)		1月23日 (金)		1月26日 (月)	
献立名	御飯 牛乳 あじ磯辺フライ こしがや鴨ネギ鍋 醤油フレンチ		くわい御飯 牛乳 大豆とごぼうのメンチカツ 白菜と水菜のサラダ		御飯 牛乳 照り焼きハンバーグ 豆腐とわかめの味噌汁 ごま付き小いわしのかみかみ和え		黒パン 牛乳 ほうれん草入りオムレツ 白菜シチュー マカロニサラダ		鶏南蛮うどん 牛乳 豆とかぼちゃのコロッケ 野菜サラダ		麦御飯 牛乳 鶏肉とかぼちゃの埼玉かぼすソース和え 豆腐団子と春雨のスープ わかめのナムル	
材料名及び分量 (一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)
	御飯	67	アルファー化米	53	御飯	67	黒パン40g(1・2年生)	63	地粉うどん(1・2・3年生)	168	麦御飯	57
			もち米アルファー化米	7			黒パン50g(3・4年生)	78	地粉うどん(4・5・6年生)	216		
	牛乳(200ml)	206	くわい	15	牛乳(200ml)	206	黒パン60g(5・6年生)	94	鶏もも肉	15	牛乳(200ml)	206
			鶏もも肉	18					人参	10		
	あじ磯辺フライ50g	50	人参	10	ハンバーグ50g(小学校)	50	牛乳(200ml)	206	長ねぎ	10	鶏もも肉皮なし角切(酒漬)	35
	米油	6	油揚げ	5	米油	1			小松菜	8	馬鈴薯澱粉	6
	中濃ソース(ボトル)	5	(冷凍)グリーンピース	3	濃口醤油	3	ほうれん草入りオムレツ50g	50	なると	5	(冷蔵)かぼちゃ	35
			濃口醤油	2	上白糖	1.5	米油	0.5	濃口醤油	13	米油	8
	鴨つくね	20	本みりん	1	本みりん	1			清酒	1	オレンジジュース(濃縮還元)	3
	長ねぎ	25	清酒	1	馬鈴薯澱粉	0.2	白菜	30	上白糖	0.1	かぼすソース	1.5
	大根	25	塩	0.7	水	4	じゃが芋	30	煮干しパック	2	濃口醤油	3
	ごぼう	13	水	98			玉ねぎ	20	かつお削り節パック(だし用)	0.5	上白糖	1.5
	人参	10			(冷凍)豆腐	20	人参	10	牛乳(200ml)	206	本みりん	2.5
	干椎茸スライス	0.8	牛乳(200ml)	206	乾燥カットわかめ	0.5	粗挽きウインナー(カット)	12			人参	10
	突こんにやく	10			油揚げ	6	牛乳	20	豆とかぼちゃのコロッケ60g	60	チンゲンサイ	12
	本みりん	1.5	大豆とごぼうのメンチカツ40g	40	長ねぎ	10	ホワイトルウ	7	米油	7	豆腐ミートボール	30
	濃口醤油	8	米油	5	白味噌	12	脱脂粉乳	4			春雨	5
	かつお削り節パック(だし用)	1			かつお削り節パック(だし用)	1	塩	0.6	キャベツ	40	濃口醤油	2
	鶏がらスープの素	0.5	白菜	30	煮干しパック	2	白こしょう	0.03	きゅうり	10	清酒	1
	水	20	水菜	20			米油	0.5	人参	5	塩	0.7
			ライトツナフレーク	10	ほうれん草	15			塩	0.1	中華用スープストック	0.7
	キャベツ	30	米酢	3	キャベツ	20	フジツリマカロニ	6	白こしょう	0.01	鶏がら	5
	きゅうり	10	濃口醤油	2	ホールコーン	8	米サラダ油	0.15	マヨネーズ(チューブ)	7.5		
	生竹輪	10	上白糖	0.2	ごま付き味付け小いわし	2.5	きゅうり	8			キャベツ	30
	濃口醤油	2.5	塩	0.05	濃口醤油	2	キャベツ	10			ほうれん草	20
米サラダ油	2	米サラダ油	3	米サラダ油	1.5	人参	10			人参	8	
				上白糖	0.8	ホールコーン	5			わかめ御飯の素	0.8	
						米サラダ油	2			ごま油	1	
						濃口醤油	2.5					
						塩	0.1					
						白こしょう	0.01					

※★印が付いた献立は、特定原材料8品目【卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ】を使用しない献立です。但し、飲用牛乳、醤油(小麦)は使用します。使用されている加工食品及び原料配合表の該当する食品に★印が付いています。

※パンの献立に表示されている材料名の重量は、小麦粉及び生地重量です。

Aブロック(小学校)

令和 7 年度 1 月分 献立

日	1月27日 (火)		1月28日 (水)		1月29日 (木)		1月30日 (金)					
献立名	★御飯 牛乳 さばの塩焼き ごぼうと豚肉の炒め煮 もやしのサラダ		ハヤシライス(麦御飯) 牛乳 和風フレンチ		御飯 牛乳 とんかつ 卵の花汁 ごまよごし		カレーピラフのホワイトソースかけ(カレーピラフ) 乳飲料コーヒー ミートボール(2) イタリアンサラダ					
材 料 名 及 び 分 量 (一 人 分 の グ ラ ム 数)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)
	御飯	67	麦御飯	76.8	御飯	67	カレーピラフ	57				
			豚もも肉	20			玉ねぎ	35				
	牛乳(200ml)	206	豚肩肉	20	牛乳(200ml)	206	人参	5				
	★さばの文化干し50g	50	じゃが芋	35	とんかつ50g	50	マッシュルームスライス	8				
	米油	1	玉ねぎ	40	米油	6	ショルダーベーコン	9				
			人参	15	中濃ソース(ボトル)	5	米油	0.5				
			ウスターソース	2			牛乳	35				
	ごぼう	32	トマトケチャップ	2			ホワイトルウ	5				
	豚もも肉	10	ハヤシルウ	17	おから	12	脱脂粉乳	3				
	豚肩肉	10	粉チーズ	3	大根	12	粉チーズ	3				
	板こんにゃく	10	プロセスチーズ(ダイス状)	2	人参	10	水	5				
	人参	8	白こしょう	0.03	ごぼう	10	塩	0.1				
	(冷凍)さやいんげん	10	米油	1	長ねぎ	7	白こしょう	0.02				
	根生姜	0.8			油揚げ	8						
	米油	1	牛乳(200ml)	206	干椎茸スライス	0.6	乳飲料コーヒー	200				
	清酒	2.5			白味噌	12						
	上白糖	2	ひじき	0.4	かつお削り節パック(だし用)	1	野菜入り肉団子25g	50				
	濃口醤油	5	キャベツ	35	煮干しパック	2						
	水	17	きゅうり	8			キャベツ	40				
	もやし	45	人参	7	白菜	30	きゅうり	8				
	小松菜	15	米サラダ油	2.5	ほうれん草	20	人参	10				
	人参	5	濃口醤油	3	もやし	20	イタリアンドレッシング(ボトル)	5				
	濃口醤油	1.8			黒ねりごま	3						
	米サラダ油	1.4			上白糖	2						
	米酢	1.4			濃口醤油	3						
	上白糖	0.3										
	塩	0.18										

※★印が付いた献立は、特定原材料8品目[卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ]を使用しない献立です。但し、飲用牛乳、醤油(小麦)は使用します。使用されている加工食品及び原料配合表の該当する食品に★印が付いています。
 ※パンの献立に表示されている材料名の重量は、小麦粉及び生地重量です。