

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 ぽんかん	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)	(g)	(g)	(g)	
御飯	84.8	子供パン40g(1・2年生)	59	御飯	67	御飯	67
★豚もも肉(酒漬)	30	子供パン50g(3・4年生)	74			麦御飯	76.8
★豚肩肉(酒漬)	30	子供パン60g(5・6年生)	89	牛乳(200ml)	206	大豆	15
長ねぎ	20					豚もも挽肉	18
キャベツ	20	牛乳(200ml)	206	豚レバー(生姜醤油にんにく漬)澱粉付	45	豚肩挽肉	18
人参	5			米油	7	ショルダーベーコン	8
もやし	20			トマトケチャップ	9	小松菜	20
小松菜	10	豚もも挽肉	13	ウスターーソース	5	人参	5
にんにく	0.2	豚肩挽肉	13	上白糖	2	豚肩挽肉	4
塩	1	玉ねぎ	30	水	2	豚もも挽肉	4
本みりん	1	人参	8			白すりごま	1
レモン果汁	2	にんにく	0.1	鶏もも肉	11	根生姜	0.5
馬鈴薯澱粉	0.6	米油	1	鶏胸肉	11	濃口醤油	0.5
		トマトケチャップ	16	大根	15	本みりん	0.2
牛乳(200ml)	206	ウスターーソース	2	人参	10	カレールウ	0.5
		スープストック	0.5	小松菜	10	塩	0.05
切干大根	6	チリパウダー	0.25	突こんにやく	15		
きゅうり	10	パプリカ	0.2	人参	8	牛乳(200ml)	206
人参	8	白こしょう	0.03	鶏胸肉	8	もやし	30
米サラダ油	2	水	20	油揚げ	4	きゅうり	10
濃口醤油	3.3			清酒	8	人参	5
		キャベツ	45	うすくち醤油	0.8	ホールコーン	15
			8	濃口醤油	5.5	ごま油	0.2
		米サラダ油	2	かつお削り節(だし用)	1	濃口醤油	2.2
		上白糖	0.8		1.7	米サラダ油	2
		塩	0.2	きゅうり	10	米酢	2
		りんご酢	2	春雨	5	パックかつお削り節	0.4
				乾燥カットわかめ	0.5		
		豆乳プリンタルト25g	25	人参	9	ぽんかん	100
				中華ドレッシング(ボトル)	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、小麦粉及び牛乳重量です。

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 ごま付き小さ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 もち米アルファー化米 くわい 鶏もも肉 人参 油揚げ (冷凍)グリンピース 濃口醤油 本みりん 清酒 塩 水	53 7 15 18 10 5 3 2 1 0.7 98	御飯 牛乳(200ml) ハンバーグ50g(小学校) 米油 濃口醤油 上白糖 本みりん 馬鈴薯澱粉 水	67 206 50 1 3 1.5 1 0.2 4	黒パン40g(1・2・3年生) 黒パン50g(3・4年生) 黒パン60g(5・6年生) 牛乳(200ml) ほうれん草入りオムレツ50g 米油 白菜 じゃが芋 玉ねぎ 人参 (冷凍)豆腐 乾燥カットわかめ 油揚げ 長ねぎ 白味噌 かつお削り節パック(だし用) 煮干しパック	地粉うどん(1・2・3年生) 地粉うどん(4・5・6年生) 鶏もも肉 人参 長ねぎ 小松菜 なると 濃口醤油 清酒 上白糖 煮干しパック かつお削り節パック(だし用) 牛乳(200ml) 豆とかぼちゃのコロッケ60g 米油 キャベツ きゅうり 人参 塩 白こしょう 米油 フジツリマカロニ 米サラダ油 きゅうり キャベツ 人参 ホールコーン 米サラダ油 濃口醤油 塩 白こしょう	168 216 15 10 10 8 5 13 1 0.1 2 0.5 206 60 7 40 10 5 0.1 0.01 7.5	麦御飯 牛乳(200ml) 鶏もも肉皮なし角切(酒漬) 馬鈴薯澱粉 (冷蔵)かぼちゃ 米油 オレンジジュース(濃縮還元) かぼすソース 濃口醤油 上白糖 本みりん 人参 チンゲンサイ 豆腐ミートボール 春雨 濃口醤油 清酒 塩 中華用スープストック 鶏がら キャベツ ほうれん草 人参 わかめ御飯の素 ごま油	57 206 35 6 35 8 3 1.5 3 1.5 1.5 2.5 10 12 30 5 2 1 0.7 0.7 5 30 20 8 0.8 1

*★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。

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)	<table border="1"> <tr><td>御飯</td><td>(g) 67</td><td>麦御飯</td><td>(g) 76.8</td><td>御飯</td><td>(g) 67</td><td>カレーピラフ</td><td>(g) 57</td></tr> <tr><td>牛乳(200ml)</td><td>206</td><td>豚もも肉</td><td>20</td><td>牛乳(200ml)</td><td>206</td><td>玉ねぎ</td><td>35</td></tr> <tr><td>★さばの文化干し50g</td><td>50</td><td>豚肩肉</td><td>20</td><td></td><td></td><td>人参</td><td>5</td></tr> <tr><td>米油</td><td>1</td><td>じゃが芋</td><td>35</td><td></td><td></td><td>マッシュルームスライス</td><td>8</td></tr> <tr><td>ごぼう</td><td>32</td><td>玉ねぎ</td><td>40</td><td>とんかつ50g</td><td>50</td><td>ショルダーベーコン</td><td>9</td></tr> <tr><td>豚もも肉</td><td>10</td><td>人参</td><td>15</td><td>米油</td><td>6</td><td>米油</td><td>0.5</td></tr> <tr><td>豚肩肉</td><td>10</td><td>ウスターーソース</td><td>2</td><td>中濃ソース(ボトル)</td><td>5</td><td>牛乳</td><td>35</td></tr> <tr><td>板こんにゃく</td><td>10</td><td>トマトケチャップ</td><td>2</td><td></td><td></td><td>ホワイトルウ</td><td>5</td></tr> <tr><td>人参</td><td>8</td><td>ハヤシルウ</td><td>17</td><td>おから</td><td>12</td><td>脱脂粉乳</td><td>3</td></tr> <tr><td>(冷凍)さやいんげん</td><td>10</td><td>粉チーズ</td><td>3</td><td>大根</td><td>12</td><td>粉チーズ</td><td>3</td></tr> <tr><td>根生姜</td><td>0.8</td><td>プロセスチーズ(ダイス状)</td><td>2</td><td>人参</td><td>10</td><td>水</td><td>5</td></tr> <tr><td>米油</td><td>1</td><td>白こしょう</td><td>0.03</td><td>ごぼう</td><td>10</td><td>塩</td><td>0.1</td></tr> <tr><td>清酒</td><td>2.5</td><td>米油</td><td>1</td><td>長ねぎ</td><td>7</td><td>白こしょう</td><td>0.02</td></tr> <tr><td>上白糖</td><td>2</td><td></td><td></td><td>油揚げ</td><td>8</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>濃口醤油</td><td>5</td><td></td><td></td><td>干椎茸スライス</td><td>0.6</td><td>乳飲料コーヒー</td><td>200</td></tr> <tr><td>水</td><td>17</td><td></td><td></td><td>白味噌</td><td>12</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>もやし</td><td>45</td><td></td><td></td><td>かつお削り節パック(だし用)</td><td>1</td><td>野菜入り肉団子25g</td><td>50</td></tr> <tr><td>小松菜</td><td>15</td><td></td><td></td><td>煮干しパック</td><td>2</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>人参</td><td>5</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>キャベツ</td><td>40</td></tr> <tr><td>濃口醤油</td><td>1.8</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>きゅうり</td><td>8</td></tr> <tr><td>米サラダ油</td><td>1.4</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>人参</td><td>10</td></tr> <tr><td>米酢</td><td>1.4</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>イタリアンドレッシング(ボトル)</td><td>5</td></tr> <tr><td>上白糖</td><td>0.3</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.18</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>	御飯	(g) 67	麦御飯	(g) 76.8	御飯	(g) 67	カレーピラフ	(g) 57	牛乳(200ml)	206	豚もも肉	20	牛乳(200ml)	206	玉ねぎ	35	★さばの文化干し50g	50	豚肩肉	20			人参	5	米油	1	じゃが芋	35			マッシュルームスライス	8	ごぼう	32	玉ねぎ	40	とんかつ50g	50	ショルダーベーコン	9	豚もも肉	10	人参	15	米油	6	米油	0.5	豚肩肉	10	ウスターーソース	2	中濃ソース(ボトル)	5	牛乳	35	板こんにゃく	10	トマトケチャップ	2			ホワイトルウ	5	人参	8	ハヤシルウ	17	おから	12	脱脂粉乳	3	(冷凍)さやいんげん	10	粉チーズ	3	大根	12	粉チーズ	3	根生姜	0.8	プロセスチーズ(ダイス状)	2	人参	10	水	5	米油	1	白こしょう	0.03	ごぼう	10	塩	0.1	清酒	2.5	米油	1	長ねぎ	7	白こしょう	0.02	上白糖	2			油揚げ	8			濃口醤油	5			干椎茸スライス	0.6	乳飲料コーヒー	200	水	17			白味噌	12			もやし	45			かつお削り節パック(だし用)	1	野菜入り肉団子25g	50	小松菜	15			煮干しパック	2			人参	5					キャベツ	40	濃口醤油	1.8					きゅうり	8	米サラダ油	1.4					人参	10	米酢	1.4					イタリアンドレッシング(ボトル)	5	上白糖	0.3							塩	0.18							<table border="1"> <tr><td>御飯</td><td>(g) 67</td><td>カレーピラフ</td><td>(g) 57</td></tr> <tr><td>牛乳(200ml)</td><td>206</td><td>玉ねぎ</td><td>35</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>人参</td><td>5</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>マッシュルームスライス</td><td>8</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>ショルダーベーコン</td><td>9</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>米油</td><td>0.5</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>牛乳</td><td>35</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>ホワイトルウ</td><td>5</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>脱脂粉乳</td><td>3</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>粉チーズ</td><td>3</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>水</td><td>5</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>塩</td><td>0.1</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>白こしょう</td><td>0.02</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>乳飲料コーヒー</td><td>200</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>野菜入り肉団子25g</td><td>50</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>キャベツ</td><td>40</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>きゅうり</td><td>8</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>人参</td><td>10</td></tr> <tr><td></td><td></td><td>イタリアンドレッシング(ボトル)</td><td>5</td></tr> </table>	御飯	(g) 67	カレーピラフ	(g) 57	牛乳(200ml)	206	玉ねぎ	35			人参	5			マッシュルームスライス	8			ショルダーベーコン	9			米油	0.5			牛乳	35			ホワイトルウ	5			脱脂粉乳	3			粉チーズ	3			水	5			塩	0.1			白こしょう	0.02			乳飲料コーヒー	200			野菜入り肉団子25g	50			キャベツ	40			きゅうり	8			人参	10			イタリアンドレッシング(ボトル)	5
御飯	(g) 67	麦御飯	(g) 76.8	御飯	(g) 67	カレーピラフ	(g) 57																																																																																																																																																																																																																																																																							
牛乳(200ml)	206	豚もも肉	20	牛乳(200ml)	206	玉ねぎ	35																																																																																																																																																																																																																																																																							
★さばの文化干し50g	50	豚肩肉	20			人参	5																																																																																																																																																																																																																																																																							
米油	1	じゃが芋	35			マッシュルームスライス	8																																																																																																																																																																																																																																																																							
ごぼう	32	玉ねぎ	40	とんかつ50g	50	ショルダーベーコン	9																																																																																																																																																																																																																																																																							
豚もも肉	10	人参	15	米油	6	米油	0.5																																																																																																																																																																																																																																																																							
豚肩肉	10	ウスターーソース	2	中濃ソース(ボトル)	5	牛乳	35																																																																																																																																																																																																																																																																							
板こんにゃく	10	トマトケチャップ	2			ホワイトルウ	5																																																																																																																																																																																																																																																																							
人参	8	ハヤシルウ	17	おから	12	脱脂粉乳	3																																																																																																																																																																																																																																																																							
(冷凍)さやいんげん	10	粉チーズ	3	大根	12	粉チーズ	3																																																																																																																																																																																																																																																																							
根生姜	0.8	プロセスチーズ(ダイス状)	2	人参	10	水	5																																																																																																																																																																																																																																																																							
米油	1	白こしょう	0.03	ごぼう	10	塩	0.1																																																																																																																																																																																																																																																																							
清酒	2.5	米油	1	長ねぎ	7	白こしょう	0.02																																																																																																																																																																																																																																																																							
上白糖	2			油揚げ	8																																																																																																																																																																																																																																																																									
濃口醤油	5			干椎茸スライス	0.6	乳飲料コーヒー	200																																																																																																																																																																																																																																																																							
水	17			白味噌	12																																																																																																																																																																																																																																																																									
もやし	45			かつお削り節パック(だし用)	1	野菜入り肉団子25g	50																																																																																																																																																																																																																																																																							
小松菜	15			煮干しパック	2																																																																																																																																																																																																																																																																									
人参	5					キャベツ	40																																																																																																																																																																																																																																																																							
濃口醤油	1.8					きゅうり	8																																																																																																																																																																																																																																																																							
米サラダ油	1.4					人参	10																																																																																																																																																																																																																																																																							
米酢	1.4					イタリアンドレッシング(ボトル)	5																																																																																																																																																																																																																																																																							
上白糖	0.3																																																																																																																																																																																																																																																																													
塩	0.18																																																																																																																																																																																																																																																																													
御飯	(g) 67	カレーピラフ	(g) 57																																																																																																																																																																																																																																																																											
牛乳(200ml)	206	玉ねぎ	35																																																																																																																																																																																																																																																																											
		人参	5																																																																																																																																																																																																																																																																											
		マッシュルームスライス	8																																																																																																																																																																																																																																																																											
		ショルダーベーコン	9																																																																																																																																																																																																																																																																											
		米油	0.5																																																																																																																																																																																																																																																																											
		牛乳	35																																																																																																																																																																																																																																																																											
		ホワイトルウ	5																																																																																																																																																																																																																																																																											
		脱脂粉乳	3																																																																																																																																																																																																																																																																											
		粉チーズ	3																																																																																																																																																																																																																																																																											
		水	5																																																																																																																																																																																																																																																																											
		塩	0.1																																																																																																																																																																																																																																																																											
		白こしょう	0.02																																																																																																																																																																																																																																																																											
		乳飲料コーヒー	200																																																																																																																																																																																																																																																																											
		野菜入り肉団子25g	50																																																																																																																																																																																																																																																																											
		キャベツ	40																																																																																																																																																																																																																																																																											
		きゅうり	8																																																																																																																																																																																																																																																																											
		人参	10																																																																																																																																																																																																																																																																											
		イタリアンドレッシング(ボトル)	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。