



1月 学校給食献立表



平成30年度

水口学校給食センター

TEL62-0743

FAX63-4250

日 曜	主 食	牛乳	献立名	主 な 使 用 材 料		
				血や肉になるもの(赤)	力や熱となるもの(黄)	体の調子を整えるもの(緑)
8 火	★お正月献立 ごはん		ぶりのてりやき おそうじ こうはくなます	牛乳 ぶり 白みそ みそ	米 さとう でんぷん もち さとも	かぶ にんじん ねぎ だいこん
9 水	★サンドパンをつくらう 丸カットパン		ハンバーグソースかけ コンソメスープ キャベツのカレーソテー	のむヨーグルト とり肉 だいす	パン ラード パン粉 さとう でんぷん 油	たまねぎ だいこん にんじん しめじ セロリー キャベツ
10 木	ごはん		ぎょうざ ※ はくさいのクリームコーンに もやしナムル	牛乳 ぶた肉 とり肉 だいす とうにゅう	米 ラード 小麦粉 でんぷん ごま油 さとう ごま	キャベツ しょうが にら とうもろこし はくさい たまねぎ にんじん 干しいたけ もやし ほうれんそう
11 金	★ふるさと献立 近江うどん		ちくわのおちゃてんぶら じばさんやさいのかやくじる さともものそぼろに	牛乳 ちくわ ぶた肉 油あげ とりひき肉	うどん てんぶら粉 油 でんぷん さとも さとう	茶 だいこん たまねぎ にんじん ねぎ 干しいたけ グリーンピース
15 火	★鉄ちゃんの日 ごはん		いわしのしょうがに こんさいのごまじる ひじきのにつけ	牛乳 いわし とり肉 みそ ひじき ちくわ	米 さとう でんぷん さとも ごま すりごま 油	しょうが だいこん にんじん れんこん ねぎ さやいんげん 赤こんにゃく
16 水	★カルちゃんの日 コッペパン		ポテトカップグラタン ミネストローネ こまつなとコーンのソテー	牛乳 とり肉 チーズ	パン じゃがいも でんぷん さとう 油 小麦粉 米粉マカロニ	かぼちゃ たまねぎ にんじん とうもろこし キャベツ セロリー トマト こまつな
17 木	ごはん		やさいとわかめのとうふよせ ポークカレー かいそうサラダ イタリアンドレッシング	牛乳 とうふ 魚肉 わかめ くわかめ だいす ぶた肉 こんぶ	米 でんぷん 米粉 さとう じゃがいも ドレッシング	たまねぎ にんじん かぼちゃ にんにく しょうが だいこん
18 金	★かみかみ献立 コッペパン		れんこんとひきにくのはさみあげ カミカミスープ いりじゃこだいす	牛乳 とり肉 だいす にほし	パン パン粉 でんぷん 油 さとう 小麦粉	れんこん たまねぎ しいたけ ごぼう にんじん とうもろこし こんにゃく パセリ
21 月	★全国郷土料理(東京都) ごはん		さんまのしおやき かんとだき こまつなのごまに	牛乳 さんま とり肉 あつあげ	米 さとう すりごま さとも	だいこん にんじん こんにゃく さやいんげん こまつな もやし
22 火	ごはん		しゅうまい ※ マーボーとうふ みかん	牛乳 ぶた肉 とうふ 赤みそ みそ ぶたひき肉	米 パン粉 でんぷん さとう 小麦粉 油	たまねぎ しょうが にんじん たけのこ ねぎ にんにく みかん
23 水	★ファイバーくんの日 ごはん		おからハンバーグわふうあんかけ なめこじる れんこんのきんぴら	牛乳 とり肉 おから とうふ みそ とりひき肉	米 パン粉 小麦粉 さとう 油 でんぷん ごま油	たまねぎ なめこ にんじん ねぎ れんこん
24 木	★しがの食文化財 アメノイオごはん		いさざのつくだに うちまめじる ひのなづけあえ	牛乳 びわます いさざ うちまめ 油あげ みそ	米 油 さとう さとも	しめじ にんじん まいたけ 干しいたけ ごぼう ねぎ ひのな だいこん
25 金	★昔の給食 コッペパン		くじらのあまからあげ こめこととうにゅうのシチュー ゆでキャベツ	牛乳 くじら とり肉 とうにゅう	パン でんぷん さつまいも 油 さとう じゃがいも 米粉	たまねぎ にんじん グリーンピース キャベツ 赤こんにゃく
28 月	★ブラックバスを食べよう ごはん		ブラックバスのフライ じばやさいのみそしる あかこんにゃくのおかか	牛乳 ブラックバス 油あげ みそ かつおぶし	米 パン粉 小麦粉 油 米粉 でんぷん さとう	だいこん たまねぎ にんじん はくさい ねぎ こんにゃく 赤こんにゃく
29 火	★甲賀ふるさと定食 ごはん 甲南町のうめぼし		さわらのじばさんみそかけ こうかふるさとじる はくさいとあげのにびたし	牛乳 さわら みそ かまぼこ 油あげ	米 油 さとう でんぷん	うめぼし かんぴょう だいこん にんじん ねぎ はくさい
30 水	★乾物を食べよう 縦切りコッペパン		こうやとうふのからあげ こんぶと干しいたけのうまみたっぷりスープ きりぼしだいこんのやきそば	牛乳 こうやとうふ こんぶ とり肉 ぶた肉 かつおぶし	パン 小麦粉 でんぷん さとう 油 さつまいも	干しいたけ たまねぎ とうもろこし さやいんげん きり干しだいこん キャベツ にんじん
31 木	ごはん		あつやきたまご とりじゃが ほうれんそうのごまに	牛乳 たまご とり肉	米 でんぷん さとう 油 じゃがいも すりごま	たまねぎ にんじん グリーンピース いとこんにゃく ほうれんそう もやし

*月・火・木・23日は空弁当箱を持って登校しましょう。
*種製造工場では、小麦粉・そば粉・卵・乳を含む製品を製造しています。
*パン製造工場では、卵などを含む製品を製造しています。(別紙参照)
*11月20日～12月14日までの放射能測定は、全て不検出でした。

※1/10 (木) ぎょうざ 小学校2こ、中学校3こ
※1/22 (火) しゅうまい 小学校2こ、中学校3こ



保護者の皆様から、いただいております給食費は、全て子どもたちの給食食材の購入費です。
毎月の給食費は、必ずお支払くださいますようお願いいたします。