

# 1月分予定献立表



火		水		木		金			
9		10		11		12			
<p>○牛乳</p> <p>□パン</p> <p>いろいろやさいのポフ</p> <p>○とりく ★ えのきだけ ○ベーコン ★ もやし ★ たまねぎ ★ コーン ★ キャベツ □ ジャがいも ★ にんじん コンソメ ★ だいこん こしょう</p> <p>★ ※かぼちゃコロッケ</p> 		<p>○牛乳</p> <p>カレーライス</p> <p>□ごはん ウスターソース □ジャがいも コンソメ ○とりく カレーこ ★ たまねぎ ガーリック ★ にんじん こしょう カレールウ</p> <p>はくさいのゆずサラダ</p> <p>○ハム ★ ゆず ★ はくさい す ★ もやし さとう ★ ほうれんそう しょうゆ</p>		<p>さかなのほねに ちゅういしましょう</p> <p>○ ※ジョア</p> <p>※わかめごはん</p> <p>かすじる</p> <p>□さつまいも ★ えのきだけ ○とうふ ★ ごぼう ○あぶらあげ ○みそ ★ にんじん さげかす ★ こんにゃく だしパック</p> <p>さげのすずしろあんかけ</p> <p>○さげ さとう ★ だいこん しょうゆ ★ だいこんば しお かたくりこ だしパック</p> 		<p>○牛乳</p> <p>□パン</p> <p>※タルタルソース</p> <p>きりぼしだいごんのスープ</p> <p>○ベーコン ★ たまねぎ ○とうふ ★ キャベツ ○わかめ ★ にんじん ★ きりぼしだいごん こしょう ★ もやし ちゅうかだし</p> <p>○ ※えびミックスフライ</p> 			
669kcal		660kcal		667kcal		699kcal			
15		16		17		18			
<p>○牛乳</p> <p>□ごはん</p> <p>※たまごふりかけ</p> <p>キャベツとあつあけのいために</p> <p>○ぶたにく ○みそ ○あつあけ □ごまあぶら ★ たまねぎ しょうゆ ★ にんじん ちゅうかだし ★ キャベツ テンメンジャン ★ なかねぎ トウバンジャン ★ しょうが かたくりこ</p> <p>なばなのおひたし</p> <p>○かつおぶし ★ えのきだけ ★ なばな しょうゆ ★ はくさい さとう</p>		<p>○牛乳</p> <p>□パン</p> <p>はるさめスープ</p> <p>○とりく ★ もやし ○とうふ ★ いんげん ★ はくさい ○はるさめ ★ たまねぎ ちゅうかだし ★ にんじん こしょう</p> <p>※てりやきハンバーグ</p> <p>○ ※ハンバーグ みりん しょうゆ す さとう かたくりこ</p>		<p>さかなのほねに ちゅういしましょう</p> <p>○ ※ヨーグルト</p> <p>□ごはん</p> <p>とうふとながねぎのみそしる</p> <p>○とうふ ★ たまねぎ □ぶ ★ こんにゃく ★ なかねぎ ○みそ ★ だいこん だしパック ★ にんじん</p> <p>さんまのかばやき</p> <p>○さんま しょうゆ ★ ねぎ さげ ★ しょうが みりん さとう かたくりこ</p>		<p>○牛乳</p> <p>□ ※ゆかりごはん</p> <p>きざみうどん</p> <p>□うどん ★ たまねぎ ○あぶらあげ ★ しめじ ○かまぼこ しょうゆ ○わかめ みりん ★ はくさい さげ ★ にんじん だしパック</p> <p>※いそのかおりフライ</p> 		<p>○牛乳</p> <p>□パン</p> <p>はくさいのクリームに</p> <p>○とりく ★ たまねぎ ○とうふ ★ にんじん ★ はくさい ★ しめじ ★ チンゲンサイ クリームシチュールウ ★ だいこん コンソメ</p> <p>もやしのカレードレッシングあえ</p> <p>○ツナ す ★ もやし さとう ★ キャベツ しお カレーこ こしょう</p>	
574kcal		630kcal		610kcal		631kcal			
22		23		24		25			
<p>○牛乳</p> <p>□ごはん</p> <p>ひじきのごもくに</p> <p>○とりく ★ いんげん ○ひじき ★ こんにゃく ○あぶらあげ しょうゆ ○だいず さとう ○ひらてん さげ ★ だいこん みりん ★ にんじん</p> <p>※あげだしとうふ(きのこあんかけ)</p> <p>○ ※あげだしとうふ さとう ★ えのきだけ みりん しょうゆ かたくりこ</p>		<p>○牛乳</p> <p>□パン</p> <p>ペンネのポロネーゼ</p> <p>□ペンネ ケチャップ ○ぶたにく トマトピューレ ○とりく デミグラスソース ★ たまねぎ しょうゆ ★ にんじん コンソメ ★ セロリ こしょう ○こなチーズ</p> <p>こんにゃくとかいそうのサラダ</p> <p>★ コーン ○かいそう ★ だいこん しそドレッシング ★ こんにゃく</p>		<p>○ ※ジョア</p> <p>□ごはん</p> <p>※かつおふりかけ</p> <p>むししゃじる</p> <p>○とりく ★ たまねぎ ○ひらてん ★ ごぼう □ジャがいも ★ しめじ ★ にんじん ○みそ ★ はくさい だしパック</p> <p>○ ※ぎゅうにくコロッケ</p> 		<p>○牛乳</p> <p>□ごはん</p> <p>のつべ</p> <p>○とりく ★ こんにゃく ○こうやどうふ さとう ○ちくわ しょうゆ □さといも みりん ★ だいこん さげ ★ にんじん</p> <p>なばなのごまいため</p> <p>○あぶらあげ さとう ★ なばな しょうゆ ★ こまつな さげ ★ きりぼしだいごん □ごま ★ コーン</p>		<p>○牛乳</p> <p>□パン</p> <p>※マーシャルピンズ</p> <p>かだわかめのスープ</p> <p>○かだわかめ ★ たまねぎ ○とうふ □ごまあぶら ★ はくさい ちゅうかだし ★ にんじん こしょう ★ もやし</p> <p>くじらのたつたあげ(4こ)</p> <p>○くじらにく しょうゆ ★ しょうが さげ こしょう みりん ガーリック かたくりこ さとう</p>	
653kcal		667kcal		660kcal		614kcal			
29		30		31		<div data-bbox="940 1612 1505 2056" data-label="Complex-Block"> <p><b>あけましておめでとうございませ</b></p> <p>あたら ねん ばじ ことし ちから あ あんしん 新しい1年が始まりました。今年も力を合わせて、安心 あんぜん ・安全でおいしい給食作りにとり組んでいきますので、ど うぞよろしくお願ひいたします。</p> <p>がつ か には ぜんこく(びんご)をきょうりょくかん 1月24日～30日は、「全国学校給食週間」です。この きかんちゅう きょうりょく わかやまけん ばじ ぜんこく(びんご) きょうりょく 期間中の給食には、和歌山県を始め全国各地の郷土料理が とりにょう たの 登場しますので楽しみに しててくださいね。</p>  </div>			
<p>○牛乳</p> <p>□ごはん</p> <p>おくずかけ</p> <p>○あぶらあげ □ぶ ★ にんじん みりん ★ だいこん しょうゆ ★ こんにゃく しお ★ しいだけ かたくりこ □さといも だしパック</p> <p>いわしのかんこくだれかけ</p> <p>○いわし しょうゆ ○みそ さとう みりん トウバンジャン さげ かたくりこ</p>		<p>○牛乳</p> <p>□パン</p> <p>クリームス化じる</p> <p>○スパゲッティ ★ クレソン ○ベーコン □ジャがいも ○とりく ○ぎゅうにく ★ たまねぎ コンソメ ★ コーン クリームシチュールウ</p> <p>にんじんしりしり</p> <p>○ツナ しお ○たまご こしょう ★ にんじん しょうゆ □ごまあぶら さとう</p>		<p>○ ※ジョア(いちご)</p> <p>このはどんぶり</p> <p>□ごはん ★ ねぎ ○ぶたにく しょうゆ ○あぶらあげ さとう ○たまご さげ ○かまぼこ みりん ★ たまねぎ</p> <p>こうはくなます</p> <p>★ だいこん さとう ★ にんじん す □ごま しお</p> 					
603kcal		701kcal		643kcal					

□・・き (ねつやちからのもとなる) ○・・あか (ち、にく、ほねをつくる) ★・・みどり (からだのちようしをととのえる)

\* 材料の都合により、献立を変更する場合があります。  
\* 1月分の給食費引き落としは、2月13日(火)になりますので、よろしくお願ひします。  
\* 未納の方については、和歌山簡易裁判所に支払督促申立を行いますので、ご注意ください。

日 曜	献 立 名	
9 火	パン いろいろ野菜のポトフ かぼちゃコロッケ	牛乳 パン(小麦 大豆 乳) いろいろ野菜のポトフ[鶏 ベーコン(卵 乳 豚 大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] かぼちゃコロッケ(乳 小麦 大豆)
10 水	カレーライス 白菜のゆずサラダ	牛乳 カレーライス[鶏 調味料(小麦 大豆 豚 鶏 りんご)] 白菜のゆずサラダ[ハム(卵 乳 豚 大豆) 調味料(小麦 大豆)]
11 木	わかめごはん かす汁 さけのすずしろあんかけ	ジョア わかめごはん(無) ジョア(乳) かす汁[豆腐(大豆) 油揚げ(大豆) 調味料(大豆 さば)] さけのすずしろあんかけ[さけ 調味料(さば 小麦 大豆)]
12 金	パン タルトソース 切干し大根のスープ えびミックスフライ	牛乳 パン(小麦 大豆 乳) タルトソース(大豆 卵) 切干し大根のスープ[ベーコン(卵 乳 豚 大豆) 豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 ごま)] えびミックスフライ(豚 卵 小麦 大豆 えび 乳)
15 月	ごはん たまごふりかけ キャベツと厚揚げの炒め煮 なばなのおひたし	牛乳 たまごふりかけ(卵 乳 大豆 ごま 小麦) キャベツと厚揚げの炒め煮(豚 厚揚げ(大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 ごま)) なばなのおひたし[調味料(小麦 大豆)]
16 火	パン 春雨スープ 照り焼きハンバーグ	牛乳 パン(小麦 大豆 乳) 春雨スープ[鶏 豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 ごま)] 照り焼きハンバーグ[ハンバーグ(鶏 豚 大豆 小麦) 調味料(小麦 大豆)]
17 水	ごはん 豆腐と長ねぎのみそ汁 さんまのかば焼き	ヨーグルト ヨーグルト(乳 ゼラチン) 豆腐と長ねぎのみそ汁[豆腐(大豆) 麩(小麦) 調味料(大豆 さば)] さんまのかば焼き[調味料(小麦 大豆)]
18 木	ゆかりごはん きざみうどん 磯の香フライ	牛乳 ゆかりごはん(無) きざみうどん[うどん(小麦) 油揚げ(大豆) 調味料(小麦 大豆 さば)] 磯の香フライ(いか 大豆 卵 乳 小麦)
19 金	パン 白菜の豆乳クリーム煮 もやしのカレードレッシングあえ	牛乳 パン(小麦 大豆 乳) 白菜の豆乳クリーム煮[鶏 豆乳(大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 乳)] もやしのカレードレッシングあえ[ツナ(大豆)]
22 月	ごはん ひじきの五目煮 揚げだし豆腐(きのこあんかけ)	牛乳 ひじきの五目煮[鶏 油揚げ(大豆) 大豆 調味料(小麦 大豆)] 揚げだし豆腐[揚げだし豆腐(大豆 ゼラチン 小麦) 調味料(小麦 大豆)]
23 火	パン ペンのポロネーゼ こんにやくと海藻のサラダ	牛乳 パン(小麦 大豆 乳) ペンのポロネーゼ[ペンネ(小麦) 鶏 豚 粉チーズ(乳) 調味料(小麦 大豆 牛 豚 鶏)] こんにやくと海藻のサラダ[調味料(小麦 大豆)]
24 水	ごはん かつおふりかけ 武者汁 牛肉コロッケ	ジョア かつおふりかけ(ごま 大豆 小麦 さば 乳) ジョア(乳) 武者汁[鶏 調味料(大豆 さば)] 牛肉コロッケ(大豆 牛 小麦 乳)
25 木	ごはん のっぺ なばなのごま炒め	牛乳 のっぺ[鶏 高野豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆)] なばなのごま炒め[油揚げ(大豆) ごま 調味料(小麦 大豆)]
26 金	パン マーシャルピンズ 加太わかめのスープ くじらの竜田揚げ(4個)	牛乳 パン(小麦 大豆 乳) マーシャルピンズ(大豆 乳) 加太わかめのスープ[豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 ごま)] くじらの竜田揚げ[調味料(小麦 大豆)]
29 月	ごはん おくずかけ いわしの韓国だれかけ	牛乳 おくずかけ[油揚げ(大豆) 麩(小麦) 調味料(小麦 大豆 さば)] いわしの韓国だれかけ[調味料(小麦 大豆)]
30 火	パン クリームスパ汁 人参しりしり	牛乳 パン(小麦 大豆 乳) クリームスパ汁[スパゲッティ(小麦) ベーコン(卵 乳 豚 大豆) 鶏 牛乳(乳) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 乳)] 人参しりしり[ツナ(大豆) 卵 調味料(小麦 大豆 ごま)]
31 水	木の葉丼 紅白なます	ジョア(いちご) 木の葉丼[豚 油揚げ(大豆) 卵 調味料(小麦 大豆)] ジョア(乳) 紅白なます[ごま]

アレルギー物質を含む食品の表示(対象原材料27品目)を基本に表示しています。

卵 乳 小麦 そば 落花生 あわび いか いくら えび オレンジ かに キウイ 牛肉 くるみ  
さけ さば 大豆 鶏肉 豚肉 まつたけ もも やまいも りんご ゼラチン パナナ ごま カシューナッツ

\* 牛乳は、アレルギー物質ですが常時使用していますので、表示をしていません。

\* (無)・・・対象原材料27品目が食品に含まれていないことを意味します。

\* 一部 商品名を載せています。