

令和7年
1月分

学校給食献立表

富田林市教育委員会
富田林市小学校給食会

(令和7年1月10日～31日 15回)



ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん
全国学校給食週間

(詳しい説明は裏面のもりもり通信をご覧ください)



27日～31日は

富田林市で作られた野菜が毎日登場します！

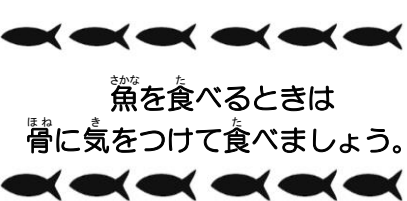


住んでいる地域で作られる食べ物のことを「地産産」と言います。地産産は、収穫してから直接届くので、新鮮な状態で手に入り、また近い場所から運ばれるため、環境への負担も減らせます。給食には、農家の方々に季節の野菜を育ててもらっています。気候や台風などの災害の影響で野菜ができない時があったり、大きさや形が同じではないため、給食センターで使う大量の野菜を作るのはとても大変です。農家の方々に感謝をしながら、おいしくいただきます。

富田林市産の野菜を使用する予定です	
・水菜	10日
・海老手	10日
・大根	15日・23日・31日
・白菜	17日・28日
・米	27日
・白葱	27日
・人参	27日・28日・29日・30日・31日
・小松菜	28日
・春菊	29日
・青葱	30日
・キャベツ	30日・31日

金	
10	ようちえん
ごはん	ぶり
こめ	うすくちしょうゆ
おいわい	さけ
すましじり	しょうが
とうふ	でんぶ
ちらし	こめあぶら
だいこん	えびいものしめ
きんときんじん	とりにく
みずな	にこみこんぶ
ほししいたけ	えびいも
けずりぶし	さといも
だしこんぶ	れんじん
うすくちしょうゆ	にんじん
こいくちしょうゆ	れんじん
しお	こんにゃく
みりん	けずりぶし
	こいくちしょうゆ
	さとう
	みりん
	さけ
	こめあぶら

月	火	水	木	金
13	14	15	16	17
せいじんのひ	オリブパン ツナとポテトの マヨネーズやき こめこマカロニ スープ ぶたにく こめこマカロニ たまねぎ ほうれんそう ソテーたまねぎ にんじん セロリー ブイヨン うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ しお こしょう しろワイン こめあぶら	ごはん こめ とうにゅうなべ とうふ とりにく あぶらあげ だいこん チンゲンサイ しろねぎ にんじん ぶなしめじ けずりぶし とんにゅう あかみそ しろみそ こいくちしょうゆ しお こめあぶら	カレーライス こめ ぶたにく じゃがいも たまねぎ にんじん しょうが にんにく とりから とんこつ りんごピューレ フルンピューレ こめカレーウ こいくちしょうゆ ウスターソース のうこうソース あかワイン トマトケチャップ パジル こめあぶら	コッパパン ふゆやさいの スープ ぶたにく かぶ はくさい たまねぎ ブロッコリー にんじん セロリー にんにく とりにく うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ さとう しお こしょう しろワイン こめあぶら
20	21	22	23	24
ごはん こめ ぶたにく しょうが ぶたにく ひらてん じゃがいも たまねぎ にんじん こんにゃく しょうが けずりぶし こいくちしょうゆ さとう みりん さけ こめあぶら	さつまいもの みそしる さつまいも たまねぎ にんじん ぶなしめじ あおねぎ あかみそ しろみそ けずりぶし だしこんぶ みりん	ごはん こめ かんこくふう すきやき とうふ ぶたにく たまねぎ にんじん はくさいキムチ あおねぎ えのきたけ しょうが にんにく こんにゃく りんごピューレ こいくちしょうゆ さとう みりん さけ こめあぶら	ごはん こめ のっぺいじり とりにく さといも にんじん しいたけ みずな こんにゃく けずりぶし だしこんぶ うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ さけ しお みりん でんぶ こめあぶら	コッパパン とりのからあげ たまごスープ たまご ベーコン たまねぎ にんじん ソテーたまねぎ パセリチップ ブイヨン うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ しお こしょう しろワイン でんぶ こめあぶら
27	28	29	30	31
ごはん こめ さといも とりにく さといも にんじん しろねぎ こんにゃく ほししいたけ けずりぶし こいくちしょうゆ さとう みりん さけ こめあぶら	コッパパン ウインナー とっぴーの クリームシチュー とりにく さつまいも たまねぎ ぶなしめじ とりがら とんこつ ぎゅうにゅう こむぎ バター こなチーズ なまクリーム とりがらスープ しお こしょう しろワイン こめあぶら	ごはん こめ ぶたにく あつあげのにも あつあげ ぶたにく ひらてん たまねぎ にんじん さやいんげん こんにゃく しょうが けずりぶし こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ さとう みりん さけ こめあぶら	ごもくラーメン ちゅうかめん やきぶた もやし チンゲンサイ にんじん あおねぎ ほししいたけ しょうが とりがら こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ しお こしょう みりん さけ でんぶ	こめことうにゅうパン しろみざかなの パブリカあげ ほき うすくちしょうゆ でんぶ ショルダーベーコン じゃがいも キャベツ たまねぎ にんじん セロリー ブイヨン うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ しお こしょう しろワイン こめあぶら



食物アレルギーをお持ちの方へ
給食センター・パン工場・食品加工工場
では、原材料として使用していないにもか
かわらず、アレルギー物質が意図せず
混入してしまう場合（コンタミネーショ
ン）があります。



	エネルギー	たんぱく質	脂質	食物繊維	ビタミン				食塩相当量	カルシウム	マグネシウム	鉄
	kcal	(%エネルギー)	(%エネルギー)	g	A μgRE	B1mg	B2mg	Cmg	g	mg	mg	mg
学校給食摂取基準	650	摂取エネルギー全体の13～20%	摂取エネルギー全体の20～30%	4.5以上	200	0.40	0.40	25	2未満	350	50	3.0
1月平均栄養量	632	16.6%	29.6%	4.6	260	0.40	0.52	24	2.5	322	87	2.6

●献立表中の食品の数量の単位はgで中学年の量を示しています。配当量は幼稚園児は0.75倍量、低学年（1年生・2年生）は0.85倍量、高学年（5年生・6年生）は1.15倍量になります。

●材料入荷のつごうにより、内容を多少変更することがありますのでご了承下さい。

