

令和7年度1月分 小学校給食こんだて表

岸和田市教育委員会

★年間もくひょう★
なかよく楽しく食事をしよう
☆1月のもくひょう☆
感謝の気持ちで食べよう



あけましておめでとうございます。
今年は冬季オリンピック・パラリンピックがイタリアの都市で開催されます。
そのため岸和田市では、「世界の料理」をテーマに5つの地域の料理が登場します。各地の文化や地理などについても考えてみるいい機会にしてください。

9日(金)は、「岸和田市産エコ農業米」を使用します。農薬や化学肥料を通常の量の半分以下に減らして、環境や体にやさしい作り方をしたお米です。

月	火	水	木	金
12 成人の日	13 ●きゅうにゅう なめし ■こめ しお ▲かんそうあおな ぶりだいこん ●ぶり しおり ▲だいこん みりん ▲つちしょうが りょうりしゅ ■さとう 魚 ●あつあげのみそしる ●あつあげ ▲あおねぎ ▲にんじん ●あかみそ ▲たまねぎ ●しづみそ ■じゃがいも けずりぶし ▲ふともやし	14 ●きゅうにゅう ■コッペパン ツナマヨコーン ●まぐろあぶらづけ しおり ▲ホールコーン しお ■たまごなしマヨネーズ こしょう ●にこみチキンボール ●どりにくだんご ■さとう ▲たまねぎ ウスターソース ▲ぶなしめじ ケチャップ ●しづみそ ●はくさいスープ ●ベーコン とりがら ▲にんじん セロリ ▲たまねぎ ローリエ ▲はくさい うすくちしょゆ ■じゃがいも しお ▲パセリ こしょう	15 ●きゅうにゅう ■コッペパン ポークシチュー ●ぶたにく ■サラダあぶら ▲ににく ■さとう ▲たまねぎ チキンブイヨン ▲にんじん ケチャップ ■じゃがいも しょゆ・こしょう ▲トマト(みず) のうこうソース ■にゅう・こむぎなしブラウンルウ ●ブロッコリーのサラダ ▲キャベツ ▲ブロッコリー ■コーンクリーミードレッシング ●はくさい	16 ●きゅうにゅう ひじきごはん ●ごめ うようりしゅ ●ひじき しょゆ ▲にんじん みりん ●とりにく しお ●すいとん ▲にんじん ▲あおねぎ ▲だいこん ●あかみそ ■さといも ●しづみそ ●あぶらあげ けずりぶし ●すいとん ●はくさいのもの ●まぐろあぶらづけ うすくちしょゆ ▲はくさい みりん ■さとう ▲みかんゼリー ●ぼうさい 防災とボランティアの日
岸和田市 実施基準	今月の平均			
エネルギー (kcal)	625	568		
たんぱく質 (g-セント)	13~20	15		
脂質 (g-セント)	20~30	28		

今週は給食週間です。岸和田市の給食週間のテーマは『世界の料理』

韓国	ツバル	アメリカ	イタリア	ケニア
19 ごはん ■こめ ●てまきのり セルフキンパのぐ ●ぎゅうにく ▲にら ▲ににく ▲サラダあぶら ▲にんじん ▲さとう ▲はくさいキムチ ▲しょうゆ ▲たくあんづけ ▲コチュジャン ▲ふともやし ●たまごスープ ●とりにく ▲にんじん ▲たまねぎ ▲あおねぎ ▲えのきたけ ▲つちしょうが ●たまご ▲かたりこ ▲チンゲンサイ ▲サラダあぶら ●チヨップシイ ●とりにく ▲かたりこ ▲つちしょうが ▲チキンブイヨン ▲ににく ▲リョウリシュ ▲にんじん ▲リョウリシュ ▲たまねぎ ▲リョウリシュ ▲はくさい ▲オイスターソース ▲ほししいたけ ▲オイスターソース ▲はくさい ▲オイスターソース ▲チングンサイ ▲オイスターソース ■サラダあぶら ●ホキのたつたあげ ●ホキのたつたあげ ■あぶら	20 ごはん ■こめ ●チヨップシイ ●とりにく ▲かたりこ ▲つちしょうが ▲チキンブイヨン ▲ににく ▲リョウリシュ ▲にんじん ▲リョウリシュ ▲たまねぎ ▲リョウリシュ ▲はくさい ▲リョウリシュ ▲ほししいたけ ▲オイスターソース ▲はくさい ▲オイスターソース ▲チングンサイ ▲オイスターソース ■サラダあぶら ●ホキのたつたあげ ●ホキのたつたあげ ■あぶら	21 ●きゅうにゅう ■パーカーパン ●スライスチーズ(しょゆ) ケイジャンハンバーグ ●ハンバーグ のうこうソース ▲たまねぎ しょゆ ■サラダあぶら みりん ケチャップ ●チキンコメヌードルスープ ●とりにく ▲セロリ ▲にんじん ▲ローリエ ▲たまねぎ ▲うすくちしょゆ ▲キャベツ ▲しお ■ごめこマカロニ(エルボ) ●はるさめスープ ●やきぶた ▲セロリ ▲にんじん ▲ローリエ ▲たまねぎ ▲うすくちしょゆ ▲チングンサイ ▲しお ▲えのきたけ ▲こしょう ■はるさめ	22 ●のむヨーグルト ■オリーブパン ミラノふうカツレツ ●こうそういりボークカツレツ ■あぶら ズッパ ●たまねぎ ▲オリーブオイル ▲ににく ▲セロリ ●とりにく ▲ローリエ ▲にんじん ▲うすくちしょゆ ▲キャベツ ▲しお ●おおむぎ ●世界の料理を知ろう	23 ●きゅうにゅう ごはん ■こめ ●カランガ ●ぎゅうにく ▲チキンブイヨン ▲たまねぎ ▲しお ■じゃがいも ▲こしょう ▲トマト(みず) ▲ガーリックパウダー ■サラダあぶら ●キャベツとコーンのソテー ▲キャベツ ▲しお ▲ホールコーン ▲こしょう ■サラダあぶら
26 ごはん ■こめ ●こざかなのつくだに ●たこのからあげ ●たこ(こなつき) ■あぶら ●かすじる ●ぶたにく ▲あおねぎ ▲にんじん ▲あかみそ ▲ごぼう ▲しづみそ ▲たまねぎ ▲けずりぶし ▲だいこん ▲さかかすペースト ▲ふともやし ▲うすくちしょゆ ▲えのきたけ ▲うすくちしょゆ ●日本全国味めぐり⑨ ひょうごけん ～兵庫県～	27 ごはん ■こめ ●あじつけのり ●とりにくとだいこんのちゅうかいため ●とりにく ▲サラダあぶら ▲ににく ▲さとう ▲つちしょうが ▲かたりこ ▲しろねぎ ▲リョウリシュ ▲だいこん ▲トウバンジョン ●はるさめスープ ●やきぶた ▲セロリ ▲にんじん ▲ローリエ ▲たまねぎ ▲うすくちしょゆ ▲チングンサイ ▲しお ▲えのきたけ ▲こしょう ■はるさめ	28 ●きゅうにゅう ■コッペパン クリームシチュー ●とりにく ▲サラダあぶら ▲たまねぎ ▲バター ▲にんじん ▲こむぎこ ■じゃがいも ▲こなチーズ ▲パセリ ▲しお ■サラダあぶら ▲コシエ ●ハムとこまつなソテー ^{zzz} ●ハム ▲ガーリックパウダー ▲キャベツ ▲しお ▲こまつな ▲こしょう ■サラダあぶら ●はるさめ ●とりにく ▲セロリ ▲にんじん ▲ローリエ ▲たまねぎ ▲うすくちしょゆ ▲かぶ ▲しお ▲トマト(みず) ▲こしょう ■ごめこマカロニ(ほし) ●オーレーブオイル	29 ●きゅうにゅう ■コッペパン ●いちごジャム ソーセージとポテトのオーブンやき ●フランクフルトソーセージ うすくちしょゆ ■じゃがいも しお ▲にんじん こしょう ●たまねぎ ▲パセリ ●ふゆやさいのミニストローネ ●ぎゅうにく ▲セロリ ▲にんじん ▲ローリエ ▲たまねぎ ▲うすくちしょゆ ▲かぶ ▲しお ▲トマト(みず) ▲こしょう ■ごめこマカロニ(ほし) ●オーレーブオイル ●福	30 ●きゅうにゅう ごはん ■こめ ●チキンカレーライスのぐ ●とりにく ▲チキンブイヨン ▲つちしょうが ▲ケチャップ ▲ににく ▲ウスターソース ▲たまねぎ ▲のうこうソース ▲にんじん ▲しお ■じゃがいも ▲こしょう ■サラダあぶら ▲ケイジャンスパイス ■にゅう・こむぎなしカレールウ ●だいこんサラダ ▲だいこん ▲にんじん ▲キャベツ ▲ホールコーン ●たまねぎドレッシング ●福

●き(ちからやねつになる) ●あ(からだのにくや、ち、ほねになる) ▲みどり(からだのちょうしをととのえる)

※やむをえない事情により内容を変更する場合があります。ご了承ください。

★「アレルギー情報」はこちら



岸和田市 小学校 給食献立

検索

金	
9	●きゅうにゅう げんりょうごはん(エコまい) ■エコまい
	しらたまぞうに ●とうふ ■しらたまもち ▲だいこん ●あかみそ ▲きんときにんじん ●しづみそ ■さといも けずりぶし ▲みずな
	ちくわとこんにゃくのごまいため ●やきちくわ こんにゃく ▲にんじん ■ごまあぶら ▲ピーマン ■さとう ■しろごま しうりゆ
	ひじきごはん ●ごめ うようりしゅ ●ひじき しょゆ ▲にんじん みりん ●とりにく しお
	すいとん ●にんじん ▲あおねぎ ▲だいこん ●あかみそ ■さといも しづみそ ●あぶらあげ けずりぶし ●すいとん
	ツナとはくさいのもの ●まぐろあぶらづけ うすくちしょゆ ▲はくさい みりん ■さとう ▲みかんゼリー
	●ぼうさい 防災とボランティアの日