

令和6年1月 献立表

南葛西第二小学校

日	曜	献立名		主な使用食材		
				赤：血や肉になる	黄：熱や力の元になる	緑：体の調子を整える
10	水	牛乳	★お正月献立★			
			ご飯		米	
			松風焼き	鶏肉、木綿豆腐、たまご、みそ	パン粉、さとう、白ごま	ねぎ
			紅白甘酢漬け		さとう	だいこん、にんじん
			白玉雑煮	かつお節、鶏肉、かまぼこ	白玉団子	にんじん、はくさい、干し椎茸、こまつな
11	木	牛乳	キムチチャーハン	たまご、豚肉	油、米、麦、ごま油	しょうが、にんにく、にんじん、はくさいキムチ漬け、にら
			わかめスープ	鶏肉、わかめ		にんじん、玉ねぎ、えのきたけ、もやし、ねぎ、こまつな
			さつまいもと大豆の甘辛揚げ	大豆	さつまいも、でん粉、油、三温糖、黒ごま	
12	金	牛乳	きつねうどん	油揚げ、鶏肉	うどん、三温糖	だいこん、にんじん、ねぎ、干し椎茸、こまつな
			きびなごの青のり揚げ	きびなご、あおのり	でん粉、小麦粉、油	しょうが
			ちくわのサラダ	焼き竹輪	白ごま、ごま油、三温糖	もやし、キャベツ、きゅうり、にんじん、玉ねぎ
15	月	牛乳	★おはなし給食献立①★			
			ポークカレーライス	豚肉、ヨーグルト、粉チーズ	米、麦、油、じゃがいも、バター、小麦粉	しょうが、にんにく、玉ねぎ、セロリー、にんじん
			手作り福神漬け		三温糖、白ごま	きゅうり、だいこん、にんじん、れんこん、しょうが
			サイダーゼリー	粉寒天	さとう	レモン、みかん缶、パイン缶
16	火	牛乳	親子丼	鶏肉、たまご	米、麦、さとう	玉ねぎ、にんじん
			だし醤油のおひたし	かつお節	白ごま	こまつな、はくさい、もやし、にんじん
			みそ汁	木綿豆腐、油揚げ、わかめ、みそ、大豆		えのきたけ、にんじん、ねぎ
17	水	牛乳	きなこトースト	きな粉	食パン、バター、三温糖	
			ひじきのマリネ	ひじき	三温糖、油	だいこん、きゅうり、にんじん
			ホワイトチャウダー	鶏肉、牛乳、豆乳	油、じゃがいも、バター、小麦粉	玉ねぎ、にんじん
18	木	牛乳	ご飯		米、麦	
			ハンバーグ りんごソース	豚肉、木綿豆腐、牛乳、たまご	油、パン粉、三温糖	玉ねぎ、にんにく、りんご
			コーンポテト	牛乳	じゃがいも、バター	コーン、えだまめ、にんじん
			小松菜としめじのスープ	鶏肉、レンズ豆		玉ねぎ、にんじん、しめじ、えのきたけ、はくさい、こまつな
19	金	牛乳	★食育の日献立★宮崎県			
			ご飯		米、麦	
			チキン南蛮	鶏肉	でん粉、油、三温糖	しょうが
			切り干し大根のごま和え		白ごま、三温糖、ごま油	キャベツ、きゅうり、にんじん、切り干しだいこん
			ざぶ汁	鶏肉、木綿豆腐	こんにゃく	だいこん、にんじん、干し椎茸、かぼちゃ
22	月	牛乳	わかめご飯	炊き込みわかめ	米、麦、白ごま	
			肉じゃが	豚肉	油、じゃがいも、こんにゃく、さとう	にんじん、玉ねぎ、干し椎茸
			からし醤油のおひたし	かつお節		こまつな、はくさい、もやし、にんじん
23	火	牛乳	ご飯		米、麦	
			揚げ出し豆腐の肉みそがけ	木綿豆腐、鶏肉、みそ	小麦粉、でん粉、油、三温糖	しょうが
			野菜のあえ物		白ごま、三温糖、ごま油	こまつな、にんじん、大豆もやし、もやし
			のっぺい汁	鶏肉、かつお節、油揚げ	油、こんにゃく、さといも	干し椎茸、ごぼう、だいこん、ねぎ、こまつな
24	水	牛乳	全国学校給食週間 1月24日～30日			
			★日本で最初の給食アレンジ献立★			
			ご飯		米、麦	
			鮭の塩焼き	鮭		
			小松菜のおひたし	油揚げ	三温糖	こまつな、はくさい、もやし、にんじん
25	木	牛乳	さつま汁	鶏肉、木綿豆腐、みそ、大豆	さつまいも	干し椎茸、ごぼう、だいこん、にんじん、ねぎ
			ご飯		米、麦	
			いかのケチャップあえ	いか	油、でん粉、さとう	しょうが
			春雨サラダ		はるさめ、白ごま、三温糖、ごま油	キャベツ、もやし、にんじん、きゅうり
26	金	牛乳	卵スープ	鶏肉、たまご、レンズ豆	でん粉、ごま油	えのきたけ、にんじん、クリームコーン缶、コーン、ねぎ、こまつな
			★おはなし給食献立②★			
			北海みそラーメン	豚肉、えび、ほたてがし、みそ	ラーメン、ごま油、油	にんにく、しょうが、玉ねぎ、にんじん、干し椎茸、キャベツ、コーン、にら
			もやしとわかめのサラダ	わかめ	白ごま、三温糖、ごま油	もやし、こまつな、にんじん
29	月	牛乳	みかん			みかん
			★米粉献立＆おはなし給食献立③★			
			米粉パン		米粉パン	
			ビーンズシチュー	豚肉、大豆、白いんげん豆	油、じゃがいも、バター、小麦粉	にんにく、セロリー、玉ねぎ、にんじん、トマト缶
30	火	牛乳	ツナとチーズのサラダ	ツナ缶、ダイスチーズ	油	キャベツ、きゅうり、玉ねぎ、にんじん
			ご飯		米、麦	
			さばのカレー醤油焼き	さば		しょうが
			じゃがいものきんぴら炒め	豚肉	油、つきこんにゃく、さとう、じゃがいも、白ごま	にんじん、ごぼう
31	水	牛乳	みそ汁	油揚げ、みそ、大豆		えのきたけ、玉ねぎ、だいこん、にんじん、はくさい、ねぎ、こまつな
			中華丼	豚肉、いか、えび	米、麦、油、でん粉、ごま油	にんにく、しょうが、玉ねぎ、にんじん、はくさい、もやし、干し椎茸、たけのこ、チンゲン菜
			春雨スープ	鶏肉、木綿豆腐	はるさめ、白ごま、ごま油	にんじん、えのきたけ、ねぎ、こまつな
		牛乳	りんご			りんご

※都合により、献立や食材が変更になる場合があります。