



# 1 月 献 立 表



令和8年1月  
江戸川区立一之江小学校

曜日		月	火	水	木	金	土	
		5日	6日	7日	8日	9日 567kcal	10日	
献立		 <p>ぼくはリッパー。よくかんでほしい 献立の日にぼくがついています。</p>	<div><div><p>1月24日～30日 全国学校給食週間</p></div><div><p>い ち の え し ょ う に ち き ゅ う し ゅ く 一之江小でも23日から給食のはじまりを再現した献立や き ょ う ど り ゚ ゚ ゚ せ かい り ゚ ゚ ゚ いろ い ゚ ゚ ぎ ゅ う し ゅ く 郷土料理、世界の料理など色々な給食を予定しています♪</p></div></div>				<p>ななくさうどん まつかぜやき こうはくなます しらたまぜんざい・ぎゅうにゅう</p> <p>1/1～1/3おせちりょうり 1/7 ななくさ 1/11 かがみびらき</p>	
	食	赤	 <p>ぼくはこまつなくん。江戸川区特産の 小松菜を使った献立の日に ついているよ!</p>	1月24日(給食記念日)から30日は全国学校給食週間です。学校給食のはじまりは、貧しい子供たちを 栄養不足から救うためのものでした。時代と共に変化してきた学校給食について学び、毎日何気なく食べて いる給食の意義や役割について改めて考える1週間にしましょう!				
	黄							
	品	緑						
			13日 620kcal	14日 623cal	15日 627kcal	16日 602kcal	17日 555kcal	
献立		<p>成人の日</p> 	<p>ゆかりごはん・ぎゅうにゅう おみくじコロツケ(チーズ・ウィンナー・うずら) はくさいとさといものみそしる こまつなのからしあえ</p> 	<p>とうふとえびのうまにどん わかさぎのからあげ あんにとどうふ ぎゅうにゅう</p> 	<p>チリビーンズドック(こめこパン) はくさいのクリームスープ キャベツとたまごのサラダ バナナ・ぎゅうにゅう</p> 	<p>なのはなのちらしずし いなだのゆうあんやき くりきんとん・ぎゅうにゅう かきたまじる</p> 	<p>すきやきどん ぎゅうにゅう キャベツのしおこんぶあえ くだものもりあわせ(りんご・ネーブル)</p> 	
	食	赤	<p>ぎゅうにゅう・ぶたにく・うずらたまご・ ウィンナー・チーズ・にぼし・みそ・だいず</p> 	<p>ぶたにく・とうふ・いか・エビ・ぎゅうにゅう・わかさぎ・こなかんてん</p>	<p>ぶたにく・だいず・チーズ・ぎゅうにゅう・ベーコン・とうにゅう・なまク クリーム・ツナ・たまご</p>	<p>あぶらあげ・たまご・たらでんぶ・のり・ぎゅうにゅう・いなだ・かまぼ こ・とうふ・わかめ</p>	<p>ぶたにく・とうふ・ぎゅうにゅう・しおこんぶ</p>	
	黄		<p>こめ・むぎ・あぶら・じゃがいも・こむぎこ・マヨネーズ(たまごなし)・ パンこ・さとう・こんにやく・さいとも</p>	<p>こめ・むぎ・あぶら・さとう・かたくりこ・ごまあぶら</p>	<p>こめこパン・あぶら・こむぎこ・コーンスターチ・さとう</p>	<p>こめ・さとう・あぶら・かたくりこ・さつまいも・はちみつ・くり</p>	<p>こめ・むぎ・あぶら・しらたき・さとう・くるまふ・ごま・ごまあぶら</p>	
	品	緑	<p>ゆかり・たまねぎ・こまつな・キャベツ・もやし・にんじん・だいこん・ はくさい・えのきたけ・ねぎ</p>	<p>にんにく・しょうが・ほししいたけ・にんじん・たまねぎ・はくさい・きく らげ・ねぎ・こまつな・みかんかん・おうとうかん</p>	<p>たまねぎ・セロリー・はくさい・パセリ・キャベツ・こまつな・ホール コーン・レモン・バナナ</p>	<p>かんぴょう・ほししいたけ・にんじん・なばな・ゆず・えのきたけ・たま ねぎ・ねぎ・こまつな</p>	<p>にんじん・ほししいたけ・えのきたけ・たまねぎ・はくさい・ねぎ・ キャベツ・きゅうり・レモン・ネーブル(オレンジ)・りんご</p>	
		19日	20日 658kcal	21日 516kcal	22日 591cal	23日 547kcal 学校給食週間24～30日		
献立		<p>振替休日</p> 	<p>ビスキュイパン ポテトサラダ・ぎゅうにゅう たらのトマトシチュー スイートスプリング</p> 	<p>ごもくチャーハン はるさめサラダ ちゅうかスープ ぎゅうにゅう</p> 	<p>ごはん・エコふりかけ ごぼうのツナマヨサラダ おでん・いちご ぎゅうにゅう</p> 	<p>とりのとうふめし ちくざやき(たまごやき) こんにやくのいために しもにたねぎのごじる・ぎゅうにゅう</p> 	 <p>1月17日は おむすびの日です 1995年のこの日、 阪神淡路大震災という 大きな地震が おこりました</p>	
	食	赤	<p>たまご・ぎゅうにゅう・ツナ・たら</p>	<p>たまご・ぶたにく・なると(たまごなし)・ぎゅうにゅう・ハム・とりにく・ とうふ</p>	<p>ぎゅうにゅう・しらす・こんぶ・がんも・あげボール・ちくわ・さつまあ げ・はんぺん・うずらたまご・まぐろ</p>	<p>とりにく・とうふ・ぎゅうにゅう・ぶたにく・たまご・ さつまあげ・あぶらあげ・だいず・みそ・わかめ</p>		
	黄		<p>まるパン・こむぎこ・バター・アーモンド・さとう・じゃがいも・マヨネー ズ(たまごなし)・あぶら</p>	<p>こめ・むぎ・さとう・あぶら・ごまあぶら・じゃがいも・りよくとうはるさ め・ごま・かたくりこ</p>	<p>こめ・むぎ・さとう・ごま・こんにやく・ちくわぶ・じゃがいも・マヨネー ズ(たまごなし)</p>	<p>こめ・むぎ・あぶら・さとう・こんにやく・ごまあぶら・ごま・じゃがいも</p>	 <p>食べ物が手に入らず 不安な中 おなかをすかせて</p>	
	品	緑	<p>にんじん・きゅうり・ホールコーン・セロリー・たまねぎ・ぶなしめじ・ト マトかん・こまつな・スイートスプリング</p>	<p>ほししいたけ・にんじん・ピーマン・ねぎ・こまつな・もやし・きゅうり・ だいこん・えのきたけ・かぶ</p>	<p>にんじん・だいこん・ごぼう・いちご</p>	<p>にんじん・たまねぎ・こねぎ・こまつな・ごぼう・はくさい・ねぎ</p>		
		26日 553kcal	27日 569kcal	28日 674kcal	29日 605kcal	30日 574kcal		
献立		<p>しょうわの きゅうしょく</p> <p>ソフトめん・ミートソース くじらのたつたあげ ぎゅうにゅう・ミルメーク フレンチサラダ(りんご)</p> 	<p>ごはん・とうきょうわんののりのつくだに ムロアジのしんじゅシュウマイ えどがわのこまつなのおかかあえ だいこんのみそしる・ぎゅうにゅう</p> 	<p>ごはん・ぎゅうにゅう アドボ(フィリピンのにくじゃが) ミスワスープ(にくだんごヌードルスープ) トゥロン(あげバナナはるまき)</p> 	<p>みそラーメン レバーとポテトのちゅうかあげ かいそうサラダ ぎゅうにゅう・しらぬい</p> 	<p>わかめおむすび さばのしおやき たくあんのおえもの・ぎゅうにゅう けんちんじる・ぼんかん</p> 	 <p>ボランティアによって 届けられたおむすびは</p>	
	食	赤	<p>ぶたにく・だいず・チーズ・ぎゅうにゅう・くじら・ハム</p>	<p>のり・ぎゅうにゅう・むろあじ・とりにく・かつおぶし・あぶらあげ・とう ふ・みそ・だいず</p>	<p>ぎゅうにゅう・とりにく・ぶたにく・うずらたまご・とうふ・たまご</p>	<p>ぶたにく・だいず・みそ・なると(たまごなし)・ ぎゅうにゅう・ぶたレバー・あかとさかのり・わかめ</p>	<p>わかめ・ちりめんじゃこ・のり・ぎゅうにゅ う・サバ・とりにく・あぶらあげ・とうふ</p> 	
	黄		<p>ソフトめん・あぶら・さとう・こむぎこ・かたくりこ</p>	<p>こめ・むぎ・さとう・かたくりこ・ごまあぶら・もちごめ・じゃがいも</p>	<p>こめ・むぎ・あぶら・じゃがいも・さとう・パンこ・こむぎこ・そうめん・ かたくりこ・はるまきのかわ</p>	<p>おしちゅうかめん・ごまあぶら・あぶら・かたくりこ・バター・ごま・こ むぎこ・じゃがいも・さとう</p>	<p>こめ・ごま・あぶら・こんにやく・さいとも</p>	
	品	緑	<p>しょうが・にんにく・セロリー・たまねぎ・にんじん・トマトかん・キャベ ツ・ほしぶどう・りんご</p>	<p>ほししいたけ・しょうが・たまねぎ・にんじん・えのきたけ・もやし・ ホールコーン・こまつな・だいこん・ねぎ</p>	<p>にんにく・たまねぎ・ねぎ・にんじん・キャベツ・ホールコーン・バナナ</p>	<p>もやし・にんにく・しょうが・にんじん・たまねぎ・キャベツ・ホール コーン・ねぎ・にら・こまつな・もやし・しらぬい</p>	<p>キャベツ・きゅうり・にんじん・たくあん・ごぼう・ほししいたけ・だいこ ん・ねぎ・ぼんかん</p>	 <p>元気づけてくれました みんなの心を暖かく</p>

※材料は仕入れの都合により変更する場合があります。