



1月献立表



令和7年1月
江戸川区立一之江小学校

| 曜日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | 6日 | 7日 | 8日 | 9日 566kcal | 10日 596kcal |
| 献立 | <p>コックさんマーク。調理師さんががんばってくれた手作りメニューの日についています。</p> <p>ぼくはリップー。よくかんでほしい献立の日にはぼくがついています。</p> <p>ぼくは、こまつなくん。江戸川区特産の小松菜をたっぷり使ったメニューについているよ!</p> | <p>1月24日~30日 全国学校給食週間</p> <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!</p> | | <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> <p>とりにく・あぶらあげ・かまぼこ・ぎゅうにゅう・ぶたにく・だいず・みそ・あずき・とうふ</p> <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・しらす・わかめ・とりにく・あぶらあげ</p> <p>さとう・うどん・パンこ・マヨネーズ(たまごなし)・ごま・しらたまご</p> <p>ほししいたけ・にんじん・だいこん・かぶ・はくさい・ねぎ・こまつな・せり・しょうが・だいこん</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>ぎゅうにゅう・ぶたにく・うずらたまご・ウィンナー・チーズ・しらす・わかめ・とりにく・あぶらあげ</p> <p>こめ・おぎ・ごま・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・さといも・かたくりこ</p> <p>ゆかり・たまねぎ・キャベツ・こまつな・にんじん・ほししいたけ・ごぼう・はくさい・ぶなしめじ・ねぎ・しょうが</p> |
| 食 | | | | | |
| 品 | | | | | |
| 赤 | | | | | |
| 黄 | | | | | |
| 緑 | | | | | |
| | 13日 | 14日 551kcal | 15日 602kcal | 16日 576kcal | 17日 627kcal |
| 献立 | <p>成人の日</p> | <p>すきやきどんのぐ ごはん・ぎゅうにゅう キャベツのこんぶあえ くだものもりあわせ(りんご・ネーブル)</p> <p>ぶたにく・とうふ・ぎゅうにゅう・しおこんぶ</p> <p>こめ・おぎ・あぶら・しらたき・さとう・くるまぶ・ごま・ごまあぶら</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> | <p>チリビーンズドック(こめこパン) すいとん ポテトサラダ スイートスプリング・ぎゅうにゅう</p> <p>ぶたにく・だいず・チーズ・ぎゅうにゅう・ぶたにく・あぶらあげ</p> <p>こめこパン・あぶら・かたくりこ・じゃがいも・マヨネーズ(たまごなし)・さとう</p> <p>たまねぎ・にんじん・ほししいたけ・はくさい・こまつな・きゅうり・ホールコーン・スイートスプリング</p> | <p>ごはん・エコふりかけ おでん ごぼうのツナマヨサラダ いちご・ぎゅうにゅう</p> <p>ぎゅうにゅう・しらす・こんぶ・がんも・つみれ・ちくわ・さつまあげ・はんぺん・うずらたまご・まぐろ</p> <p>こめ・おぎ・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>にんじん・だいこん・ごぼう・いちご</p> | <p>なのはなちらしずし 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>あぶらあげ・たまご・たらでんぶ・のり・ぎゅうにゅう・くろムツ・かまぼこ・とうふ・わかめ</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>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> |
| 食 | | | | | |
| 品 | | | | | |
| 赤 | | | | | |
| 黄 | | | | | |
| 緑 | | | | | |
| | 20日 578kcal | 21日 552kcal | 22日 576kcal | 23日 616kcal | 24日 571kcal 学校給食週間~30日 |
| 献立 | <p>とうふとえびのうまにどん かいそうサラダ フルーツヨーグルト ぎゅうにゅう</p> <p>ぶたにく・とうふ・いか・エビ・ぎゅうひゅう・あかとさかのり・わかめ・しらす・ヨーグルト</p> <p>こめ・おぎ・あぶら・さとう・かたくりこ・ごまあぶら・ごま</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・ねぎ・こまつな・キャベツ・もやし・りんご・みかんかん・パインかん</p> | <p>とりのとうふめし ちぐさやき(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>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> <p>こめ・おぎ・あぶら・さとう・こんにやく・ごま・じゃがいも</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> | <p>ごはん・ぎゅうにゅう レバーのごまだれがけ じゃがいものいために あんかけじる・りんご</p> <p>ぎゅうにゅう・とりレバー・とりにく・とうふ</p> <p>こめ・おぎ・こむぎこ・かたくりこ・さとう・ごまあぶら・ごま・じゃがいも・こんにやく・あられふ</p> <p>にんにく・しょうが・にんじん・たまねぎ・ぶなしめじ・キャベツ・えのきたけ・もやし・ねぎ・りんご</p> | <p>コーンピラフ・ぎゅうにゅう ホキのバーベキューソース たまごとひじきのあえもの ブロッコリーのクリームシチュー</p> <p>ベーコン・ぎゅうにゅう・ホキ・たまご・ひじき・しらす・とりにく・レンズまめ・なまクリーム</p> <p>こめ・おぎ・バター・あぶら・さとう・ごまあぶら・ごま・じゃがいも・マーガリン・こむぎこ</p> <p>にんじん・たまねぎ・ホールコーン・グリーンピース・しょうが・りんご・レモン・とうがらし・キャベツ・ぶなしめじ・ブロッコリー</p> | <p>わかめおむすび さばのしおやき たくあんをあえもの・ぎゅうにゅう けんちんじる・ぼんかん</p> <p>わかめ・ちりめんじゃこ・のり・ぎゅうにゅう・う・サバ・とりにく・あぶらあげ・とうふ</p> <p>こめ・ごま・あぶら・こんにやく・さといも</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> |
| 食 | | | | | |
| 品 | | | | | |
| 赤 | | | | | |
| 黄 | | | | | |
| 緑 | | | | | |
| | 27日 654kcal | 28日 541kcal | 29日 552kcal | 30日 639kcal | 31日 542kcal |
| 献立 | <p>ごはん・ぎゅうにゅう アドボ(フィリピンのくじゃが) 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>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>こめ・おぎ・あぶら・じゃがいも・パンこ・こむぎこ・そうめん・かたくりこ・グラニューとう・はるまきのかわ</p> <p>にんにく・たまねぎ・はねぎ・にんじん・キャベツ・コーン・バナナ</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>のり・ぎゅうにゅう・おろあじ・とりにく・おから・かつおぶし・あぶらあげ・とうふ・みそ・だいず</p> <p>こめ・おぎ・さとう・かたくりこ・ごまあぶら・もちごめ</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・キャベツ・コーン・こまつな・だいこん・ねぎ</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 フレンチサラダ(りんご)</p> <p>ぶたにく・だいず・ぎゅうにゅう・くじら・ハム</p> <p>ソフトめん・あぶら・さとう・こむぎこ・かたくりこ</p> <p>しょうが・にんにく・たまねぎ・にんじん・ピーマン・キャベツ・ほしぶどう</p> | <p>にしよくあげばん(きなこ・ココア) あさりのカリッとサラダ ポトフ・はるか(みかん) ぎゅうにゅう</p> <p>きなこ・ぎゅうにゅう・あさり・ワカメ・ウィンナー</p> <p>パン・あぶら・さとう・こむぎこ・かたくりこ・ごまあぶら・じゃがいも・アルファベットマカロニ</p> <p>にんじん・こまつな・ねぎ・とうがらし・キャベツ・いぶりがっこ・ごぼう・だいこん・はくさい・まいたけ・せり</p> | <p>たきこみごはん まめあじのなんばんづけ いぶりがっこいりあさづけ きりたんぼなべ・ぎゅうにゅう</p> <p>とりにく・あぶらあげ・ぎゅうにゅう・はたはた・とうふ</p> <p>こめ・おぎ・あぶら・さとう・ごま・かたくりこ・しらたき・きりたんぼ</p> <p>にんじん・こまつな・ねぎ・とうがらし・キャベツ・いぶりがっこ(つけもの)・ごぼう・だいこん・はくさい・せり</p> |
| 食 | | | | | |
| 品 | | | | | |
| 赤 | | | | | |
| 黄 | | | | | |
| 緑 | | | | | |

※材料は仕入れの都合により変更する場合があります。