

令和8年



1月分献立予定表



多度学校給食センター  
多度学校給食主任会

ひ づ け	よ う び	こんだてめい	しょくひんめい			中学年 エネ ルギー Kcal	中学年 たんぱく 質 g
			あか からだをつくる	き もえてねつやちからをだす	みどり からだのちょうしをととのえる		
8	木	ツイストパン(ちゅうがっこうのみ) トマトスパゲッティ ギョウにゅう コーンスープ	ギョウにゅう まぐろあぶらづけ とりにく	ツイストパン(ちゅうがっこうのみ) あぶら スパゲッティ さとう シチュールウ	たまねぎ トマトピューレ にんにく にんじん コーン クリームコーン こまつな	567	23.0
9	金	ごはん はっこうにゅう(ブルーベリー) ビビンバ ワンタンスープ 【たどなかしょうがっこう6ねんしよくいこうあんこんだて】	はっこうにゅう ぶたにく まめみそ やきぶた たまご	ごはん ごま あぶら さとう ごまあぶら ワンタンのかわ でんぷん	しょうが にんにく もやし にんじん こまつな チンゲンサイ ねぎ たまねぎ	586	22.1
13	火	ロールパン ギョウにゅう チキンカツのだいずミートソースがけ かぶのクリームに	ギョウにゅう とりにく だっしだいず ベーコン	ロールパン あぶら さとう ホワイトルウ てんぷらこ パンこ	しょうが にんにく たまねぎ にんじん えだまめ かぶ しめじ	595	29.1
14	水	ごはん ギョウにゅう ルーローはん ビーフンスープ  【ワールドランチ:たいわん】	ギョウにゅう ぶたにく たまご やきぶた とうふ わかめ	ごはん あぶら さとう ビーフン	しょうが にんにく たまねぎ にんじん ほししいたけ チンゲンサイ もやし	591	21.7
15	木	ロールパン ギョウにゅう さけキャベツカツ コーンサラダ ふゆやさいのスープ いちごジャム	ギョウにゅう とりにく とりにくほぐしみ さけ たまご	ロールパン あぶら ジャム パンこ ドレッシング でんぷん	キャベツ にんじん コーン たまねぎ だいこん はくさい	585	23.3
16	金	ごはん ギョウにゅう まこもたけいりこなどうふのたまごとじ れんこんサラダ 【ふるさとほっけんランチ】	ギョウにゅう ちくわ こうやどうふ たまご まぐろあぶらづけ	ごはん ごまあぶら さとう ごま マヨネーズ	ほししいたけ たまねぎ にんじん まこもたけ こまつな れんこん キャベツ コーン	599	22.0
19	月	ごはん ギョウにゅう たまごやき ごまキャベツ だいこんとあつあげのそぼろに	ギョウにゅう たまご とりひきにく あつあげ	ごはん ごま あぶら さとう でんぷん	キャベツ だいこん にんじん えだまめ こんにゃく	585	23.5
20	火	こがたロールパン ギョウにゅう あんかけやきそば わかさぎフライ わかめサラダ 【こつコツメニュー】	ギョウにゅう ぶたにく ちくわ わかさぎ わかめ とりにくのほぐしみ	ロールパン ちゅうかめん あぶら でんぷん パンこ こむぎこ ごまあぶら ドレッシング	しょうが たまねぎ にんじん キャベツ もやし にら コーン	586	25.2
21	水	ごはん ギョウにゅう トマトハヤシシチュー マカロニサラダ	ギョウにゅう ぶたにく まぐろあぶらづけ	ごはん あぶら じゃがいも ハヤシルウ マカロニ さとう ドレッシング マヨネーズ	たまねぎ にんじん しめじ えだまめ トマトピューレ キャベツ コーン	639	21.5
22	木	ツイストパン ギョウにゅう ちゃんこふうどん だいずとさつまいものあげがらめ	ギョウにゅう とりにく あぶらあげ ちくわ あわせみそ だいず	ツイストパン うどん あぶら さとう ごまあぶら でんぷん さつまいも ごま	だいこん にんじん はくさい しめじ ねぎ にら にんにく しょうが	598	23.1
23	金	ごはん ギョウにゅう しろみざかなのおこのみやきふう ブロッコリーとチーズのサラダ じゃがいものみそしる	ギョウにゅう パンガシウス かつおぶし あおのり チーズ あぶらあげ まめみそ	ごはん あぶら ドレッシング じゃがいも でんぷん	ブロッコリー コーン たまねぎ にんじん こまつな えのきたけ	610	23.9
26	月	ごはん はっこうにゅう ポークカレー ツナサラダ	はっこうにゅう ぶたにく まぐろあぶらづけ	ごはん あぶら じゃがいも カレールウ ドレッシング	にんにく しょうが たまねぎ えだまめ キャベツ コーン にんじん	589	20.2
27	火	こくとうロールパン ギョウにゅう かつおのノルウェーふう こんさいポトフ	ギョウにゅう かつお ウイナー あさりしぐれ ギョウにゅう のり ぶたにく とうふ あぶらあげ まめみそ ちくわ	こくとうロールパン でんぷん じゃがいも あぶら さとう	たまねぎ にんじん だいこん れんこん キャベツ えだまめ	604	27.4
28	水	しぐれごはん ギョウにゅう ちくわのてんぷら いそあえ ぶたじる	あさりしぐれ ギョウにゅう のり ぶたにく とうふ あぶらあげ まめみそ ちくわ	ごはん てんぷらこ あぶら さといも	キャベツ だいこん ごぼう にんじん ねぎ こんにゃく	588	23.3
29	木	ハンバーグドッグ(パン ドッグハンバーグ) ギョウにゅう キャロットラペ パンプキンポタージュ	ギョウにゅう まぐろあぶらづけ とりにく ぶたにく	ロールパン ドレッシング パンプキンポタージュのもと さとう じゃがいも	キャベツ にんじん パセリ かぼちゃ にんにく トマト たまねぎ しょうが	602	26.4
30	金	ごはん ギョウにゅう さんまのしょうがに なばなふりかけ さつまいもいりごもくまめ 【まごわやさしいこんだて】	ギョウにゅう さんま だいず ちくわ こんぶ	ごはん ごま さつまいも あぶら さとう	なばな あかじそこ にんじん ほししいたけ しょうが ごぼう	626	25.9

ぜんこくが  
つこうきゅうしよくしゅうかん  
全国学校給食週間