



令和7年1月 給食予定献立表



綾小学校

日 (曜)	こんだて	黄の食品	赤の食品	緑の食品	調味料その他
		エネルギーのもと	体をつくる	体の調子をととのえる	
8 (水)	始業式…給食はありません。		朝・昼・晩の三食の食事をバランスよくとって、一年間元気に過ごしましょう!		
9 (木)	ななくさずし うおそうめんじる いわしフライ、そえきゅうり	お正月メニュー①	こめ さとう ごま あげあぶら	あぶらあげ いわしフライ	しいたけ にんじん ごぼう だいこんばせり えのきだけ にんじん こまつなねぎ きゅうり
10 (金)	むぎごはん ぞうに(みそじたて) こうはくなます たづくり	お正月メニュー②	こめ むぎ もち さとう さとう ごま	とりにく あぶらあげ かまぼこ みそ かえりいりこ	にんじん はくさい だいずもやし みずな かぶ だいこん にんじん かまぼこ みそ
14 (火)	こめこパン じゃがいものミートソースに スパゲティサラダ		こめこパン じゃがいも あぶら さとう スパゲティ オリーブオイル さとう	ぶたにく だいizu まぐろみずに	たまねぎ にんじん トマト バセリ あおまめ にんにく きゅうり たまねぎ にんじん キャベツ
15 (水)	むぎごはん さわにわん さかなとだいいずのみそがらめ		こめ むぎ とりにく わかめ タラ だいizu みそ		にんじん はくさい えのきだけ あおまめ しょうが
16 (木)	むぎごはん いもに せんぎりだいこんのたまごとじ	やまがたけん きょうどりょうり 山形県の郷土料理	こめ むぎ さといも さとう ごまあぶら	あやぶどうぶた あつあげ さつまあげ みそ たまご かまぼこ	にんじん こんにゃく ながねぎ しいたけ せんぎりだいこん こまつな たまねぎ しめじ
17 (金)	うめちりごはん ほうとう ごもくきんぴら	やまなしけん きょうどりょうり 山梨県の郷土料理	こめ むぎ うどん あぶら さとう ごま ごまあぶら	ちりめん とりにく あぶらあげ みそ さつまあげ	うめ かぼちゃ はくさい えのきだけ ながねぎ れんこん ごぼう こんにゃく にんじん
20 (月)	むぎごはん マーボーどうふ ナムル		こめ むぎ あぶら さとう でんぶん さとう ごまあぶら		たけのこ たまねぎ にんじん しいたけ ながねぎ ほうれんそう にんじん もやし せんぎりだいこん
21 (火)	こくとうパン ちゃんぽん あげはるまき、はくさいのあまずあえ		こくとうパン ちゅうかめん あぶら ごまあぶら あげあぶら		キャベツ もやし にんじん たまねぎ ねぎ にんにく はくさい
22 (水)	チキンカレー ブロッコリーソテー		こめ むぎ じゃがいも あぶら あぶら	とりにく だいizu ベーコン	にんじん たまねぎ にんにく しょうが ブロッコリー エリンギ コーン
23 (木)	おやこどん だいこんサラダ		こめ むぎ さとう さとう ごま あぶら	とりにく ★たまご かまぼこ	たまねぎ にんじん しいたけ ながねぎ だいこん キャベツ にんじん コーン
24 (金)	十二こくごはん えいようすいどん さんまゆずみそに、そえきゅうり	むかし きょうじゅく 昔の給食 こんだて	こめ 十二こくまい こむぎこ しらたまこ じゃがいも さんまゆずみそに		にんじん たまねぎ にんにく しょうが きゅうり
27 (月)	むぎごはん にしめ せんぎりだいこんのすのもの		こめ むぎ さといも さとう さとう ごまあぶら ごま		にんじん たまねぎ にんじん しいたけ だいこん たけのこ せんぎりだいこん きゅうり こまつな
28 (火)	ココアあげパン カレーポトフ ツナサラダ		コッペパン あげあぶら ココアミルメール じゃがいも さとう オリーブオイル ごま		
29 (水)	むぎごはん ぶたじる にざかな、こんにゃく		こめ むぎ じゃがいも さとう		
30 (木)	むぎごはん すきやきに ほうれんそうのごまあえ		こめ むぎ あぶら さとう さとう ごま		
31 (金)	ちゅうかどん だいがくいも		こめ むぎ さとう あぶら でんぶん ごまあぶら さつまいも あげあぶら さとう みずあめ ごま		

給食日数 1月…16日(米飯13日 パン3日)

今月の綾町の食材:有機米、じゃがいも、キャベツ、きゅうり、ながねぎ、さつまいも、こまつな、ほうれんそう、こねぎ、にんじん、だいこん、かぶ、しめじ、エリンギ、こんにゃく

