



平成30年度 1月給食予定献立表



綾町立綾小学校

ひ 日 曜	こんだて				ちようみりよう た 調味料その他
	あか しょくひん 赤の食品	き しょくひん 黄の食品	みどりしょくひん 緑の食品	からだ 体をつくる	からだちようし 体の調子をととのえる
8 (火)	ななくさずし 七草寿司	あぶら 油あげ ちりめん	こめ 米 さとう ごま	しいたけ にんじん ごぼう だいこん葉 せり	す しお しょうゆ こんぶ
	ぞうに 雑煮	にく とり肉	でん粉 もち	にんじん はくさい もやし みずな	しょうゆ かつお節 きけ 酒 みりん
	にまめ 煮豆	大正金時豆	ちゆうそうとう 中 双糖		しお
9 (水)	とりにんじん こんぶの鶏そぼろ丼	とりミンチ こんぶ	こめ こんぶ 米 米油 さとう	しょうが にんじん ごぼう あおめ 青豆	しょうゆ きけ 酒 みりん
	さと 里いものすり流し	とうふ たまご	さといも	だいこん えのきたけ にんじん ねぎ	しょうゆ しお 塩 にぼし 煮干し みりん
10 (木)	むぎはん 麦ご飯		こめ むぎ 米 麦		
	にく 肉じゃが	ぶた肉 あつあ 厚揚げ	じゃがいも こんぶ 米油 さとう	にんじん たまねぎ しいたけ さやいんげん	しょうゆ みりん きけ 酒
	せんぎ だいこん 千切り大根のすのもの	あぶら 油あげ	さとう ごま ごま油	せんぎ だいこん 千切り大根 にんじん きゅうり もやし	す しょうゆ
11 (金)	チーズパン	6年生は中学校で給食です	チーズパン		
	ふゆやさい 冬野菜のクリーム煮	にく とり肉 牛乳 なま 生クリーム	こめ あぶら 米油 バター さと いも 米粉	はくさい にんじん たまねぎ	ワイン しお 塩 こしょう
	かいそうサラダ	わかめ とさかのり こんぶ きくらげ かんてん ぶりのり	さとう ごま ごま油	キャベツ にんじん きゅうり とうもろこし	しお す しょうゆ
15 (火)	コッペパン		コッペパン		
	みそラーメン	ぶた肉 みそ	ちゆうか 中華めん ごま油 こんぶ 米油	しめじ チンゲンサイ コーン にんじん もやし ねぎ	しお しょうゆ こしょう
	まめ 豆のごまサラダ	むてんか 無添加ハム いんげん豆	さとう こんにやく ごま ノンエッグマヨ	きゅうり キャベツ にんじん	しお 塩 こしょう
16 (水)	むぎはん 麦ご飯	綾町の郷土料理です	こめ むぎ 米 麦		
	に 煮しめ	にく とり肉 ちくわ(魚肉 でん粉 塩 砂糖 ぶどう糖 みりん) あつあ 厚揚げ こんぶ	でん粉 さといも 里芋 さとう こんにやく	にんじん しいたけ せんぎ だいこん 千切り大根 たけのこ	しょうゆ にぼし 煮干し
	だいこんのあますあえ	あぶら 油あげ	さとう ごま油	だいこん きゅうり にんじん	す しょうゆ
17 (木)	むぎはん 麦ご飯		こめ むぎ 米 麦		
	マーボードウフ	とうふ ぶた肉 みそ	こめ あぶら 米油 でん粉 さとう	たけのこ たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ しょうが	しょうゆ しお みりん
	ナムル		さとう	ほうれんそう にんじん もやし せんぎ だいこん 千切り大根 にんにく	す しょうゆ
18 (金)	コッペパン		コッペパン		
	しる 汁ビーフン	ぶた肉	ビーフン ごま油	にんじん たまねぎ はくさい もやし ねぎ しいたけ	しお しょうゆ きけ 酒
	ふかのたこやきソースがらめ	さめ かつお節	米油 じゃがいも さとう	あおさ	す ケチャップ ソース きけ 酒 みりん
21 (日)	むぎはん 麦ご飯		こめ むぎ 米 麦		
	にく ぶた肉のみそいため	ぶた肉 みそ	こめ こんぶ 米 米油 さとう でん粉	たまねぎ にんじん たけのこ キャベツ なが 長ねぎ	きけ 酒 しょうゆ トバツツ

	けんちんじる	とうふ ^{あつあ} 厚揚げ	こんにゃく	しいたけ だいこん ごぼう	しょうゆ ^{にほ} 煮干し
22 (火)	ミルクパン		ミルクパン		
	ポトフ	とり ^{にく} 肉	じゃがいも ^{こめあぶら} 米油	たまねぎ にんじん だいこん パセリ	しょうゆ ^{しお} 塩 こしょう
	チーズサラダ	ベーコン チーズ	さとう	キャベツ きゅうり とうもろこし	しお ^塩 す こしょう
23 (水)	むぎ ^{はん} 麦ご飯		こめ ^{むぎ} 米 麦		
	とり ^{にく} 鶏肉と大根のオイスターソース ^に 煮	とり ^{にく} 肉 ^{あつあ} 厚揚げ	さといも ^{こめあぶら} 米油 ^{こんにゃく}	しょうが だいこん にんじん たけのこ	しょうゆ ^{オスターソース} しお ^酒
	もやし ^{ちゅうか} の中華あえ	ツナ(まぐろ)	さとう ^{あぶら} ごま油	もやし きゅうり キャベツ にんじん	す しょうゆ
24 (木)	ふゆ ^{やさい} 冬野菜のカレー	ぶた ^{にく} 肉 チーズ	こめ ^米 さつまいも	たまねぎ だいこん にんじん にんにく りんご	とり ^鶏 がら ソース こしょう ^{クチャッ} カレー ^こ 粉
	ひじきのサラダ	とり ^{にく} 肉 ひじき	さとう ごま オリーブ ^ゆ 油	れんこん とうもろこし きゅうり レモン	しお しょうゆ す
25 (金)	むぎ ^{はん} 麦ご飯		こめ ^{むぎ} 米 麦		
	さば ^に みそ煮	さば みそ	さとう		みりん
	きゅうりのしおもみ			きゅうり	しお ^塩
28 (月)	むぎ ^{はん} 麦ご飯		こめ ^{むぎ} 米 麦		
	ぶた ^{にく} じる	ぶた ^{にく} 肉 ^{あつあ} 厚揚げ みそ	じゃがいも	だいこん にんじん はくさい しょうが	にほ ^{煮干し}
	ワンタンスープ	とり ^{にく} 肉	ワンタン ^{あぶら} ごま油	はくさい にんじん えのきたけ	さけ ^酒 とり ^鶏 がら しょうゆ
29 (火)	あつあ ^{あまから} 厚揚げの甘辛いため	あつあ ^{にく} 厚揚げ ぶた肉	ごま ^{あぶら} さとう	なが ^長 ねぎ にんじん たまねぎ にんにく しょうが	しょうゆ
	コッペパン		コッペパン		
30 (水)	にく ^肉 うどん	ぶた ^{にく} 肉 わかめ	うどん さとう ^{こめあぶら} 米油	にんじん しいたけ ねぎ	しょうゆ ^{にほ} 煮干し さけ ^酒 みりん
	ほうれん ^{そう} 草のごまあえ	あぶら ^油 あげ	さとう ごま	ほうれんそう にんじん きゅうり	しょうゆ
31 (木)	むぎ ^{はん} 麦ご飯		こめ ^{むぎ} 米 麦		
	せんぎ ^{だいこん} 干切り大根のいために	天ぷら(トヨリ、ア)	さとう ^{こめあぶら} 米油 ^{こんにゃく}	さやいんげん ^{せんぎ} 干切り大根 ^{だいこん} にんじん	さけ ^酒 しょうゆ 煮干し みりん
	えいようすいとん	とうふ ^{にく} 牛乳 とり肉	こめ ^{こむぎ} 米粉 小麦粉	しいたけ にんじん だいこん ねぎ	しょうゆ ^{にほ} 煮干し

※カールウ(小麦粉 ラード 糖類 牛脂 砂糖 でん粉 カラムル オニオン トマト ニンニク)