

令和7年度 1月 給食予定献立表 新津西部学校給食センター

★食材の流通状況や価格などにより、使用食材を変更する場合があります。やむを得ず変更となる場合には御了承ください。  
なお変更に伴い、食品に含まれるアレルギー物質等が変更になる場合は速やかに学校を通じてお知らせいたします。

日 (曜)	連絡	こんだて	体をつくる		エネルギーのもと		体の調子をととのえる
			たんぱくしつ	むきしつ	たんすいかぶつ	しぼう	ビタミン
8 (木)	一幼なし 三幼なし 小合小なし 金小なし	ごはん			こめ		
		ポークカレー	ぶたにく ひよこまめ		じゃがいも こめこ こむぎこ さとう はちみつ でんぱん	あぶら	にんじん たまねぎ しめじ トマト にんにく しょうが りんご かぼちゃ
		ふくじんづけ			さとう		だいこん なす れんこん にんじん しょうが しそ
		ヨーグルトあえ		ヨーグルト			あまなつ ようなし りんご
		中)アーモンド				アーモンド	
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			
9 (金)	 三小 リクエスト こんだて	いろどりごはん			こめ さとう		のぎざな あおじそ あかかぶ だいこん しばづけ にんじん
		はるさめスープ	ぶたにく なんと		はるさめ (でんぱん)	ごまあぶら	にんじん チンゲンサイ ねぎ えのきたけ
		あげぎょうざ (幼1こ、小・中2こ)	ぶたにく だいず		でんぱん さとう こむぎこ	あぶら ラード ごまあぶら	キャバツ たまねぎ にら にんにく しょうが
		ひじきサラダ	とりにく	ひじき		ごま あぶら	コーン キャバツ きゅうり
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			
13 (火)		ソフトめん			こむぎこ		
		にくじる	あぶらあげ ぶたにく				にんじん ねぎ こまつな えのきたけ
		ちくわのいそべあげ (幼・小1こ、中2こ)	ちくわ	あおりの	こむぎこ でんぱん	あぶら	
		アーモンドいり シャキシャキサラダ			じゃがいも	アーモンド あぶら	にんじん きゅうり
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			
14 (水)		もちむぎいりごはん			こめ もちむぎ		
		マーボーどんのぐ	とうふ ぶたにく だいず みそ(だいず)		さとう でんぱん	ごまあぶら	ねぎ にら にんじん しいたけ きくらげ しょうが にんにく
		もやしのちゅうかサラダ		くきわかめ	さとう	ごま	もやし きゅうり にんじん コーン
		みかん					みかん
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			
15 (木)	 こしょうがつ 小正月 こんだて	ごはん			こめ		
		のっぺ	とりにく かまぼこ		さといも こんにゃく		れんこん ごぼう にんじん たけのこ しいたけ
		あかうおのしおやき	あかうお				
		アーモンドあえ			さとう	アーモンド	こまつな キャバツ もやし きりぼしだいこん
		とうにゅうバニラだいふく (乳・卵不使用)	とうにゅう		さとう でんぱん じょうしんこ もちこ	あぶら	
16 (金)		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			
		ごはん			こめ		
		さといもととりにくの とろとろみそしる	とりにく とうふ みそ(だいず)	わかめ	さといも		しめじ こまつな
		さばのやくみソースかけ	さば		さとう でんぱん	ごまあぶら あぶら	ねぎ しょうが
		かぶづけ					かぶ こまつな
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			



給食の記念日を祝おう!  
～全国学校給食週間～

今年のテーマは  
冬季オリンピック給食で世界の味めぐり



イギリス (カーリング発祥の地)

スコッチブロス

スコッチブロスとは、肉や野菜、大麦や豆など穀物がたっぷり入ったスコットランドの代表的なスープです。本場はラム肉を使いますが、給食では鶏肉ともち麦を使って作りました。

コロネーションサラダ

カレー風味のチキンポテトサラダです。イギリス皇室のパーティー料理としても有名です。

イタリア (冬季オリンピック開催国)

レンズ豆のズッパ

ズッパはイタリア語で「スープ」という意味です。野菜や肉など具たくさんの食べるスープです。

カチャトーラ

カチャトーラとは、イタリア語で「狼師風の」という意味です。本場イタリアでは、ローマをはじめ、地域ごとに様々な食材を使ったカチャトーラがあります。

カルツォーネ

カルツォーネとは、ピザ生地を材料を包み、三日月型に折りたたんで焼いたイタリア発祥の包み焼きピザです。



日本 (スキー給食)

スキー汁

新潟県上越市は、オーストリアの軍人のレルヒ少佐が初めてスキー術を教えた地として知られています。「スキー汁」は、スキー訓練の時に作られたさつまいもやだいこん、にんじんなどの野菜は短冊切りにしてスキー板に見立て、つきこんにゃくはシュプール、豆腐は雪やあらを表現しています。

アメリカ (スノーボード発祥の地)

クラムチャウダー

クラムチャウダーは、あさりやはまぐりなどの貝をベースにしたアメリカ発祥のスープです。

冬季オリンピックを  
応援しよう!





日 (曜)	連絡	こんだて	体をつくる		エネルギーのもと		体の調子をととのえる
			たんぱくしつ	むきしつ	たんすいかぶつ	しほう	ビタミン
19 (月)	。とうき 。冬季 オリンピック せかい こんだて 世界の献立。 。~イタリア~	もちむぎいり パプリカライス			こめ もちむぎ	あぶら	
		レンズまめのズツパ	レンズまめ ベーコン		じゃがいも マカロニ(こむぎこ)	あぶら	キャベツ にんじん たまねぎ セロリー しめじ にんにく パセリ
		あげカルツオーネ	とりにく だいず		さとう こむぎこ	あぶら	たまねぎ にんにく
		はなやさいの イタリアンサラダ	とりにく		オリーブオイル あぶら		ブロッコリー カリフラワー 赤ピーマン
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			
20 (火)	。とうき 。冬季 オリンピック せかい こんだて 世界の献立。 。~イギリス~	カレーあじごはん			こめ	あぶら	
		スコッチブロス	とりにく ベーコン		もちむぎ	あぶら	にんじん たまねぎ キャベツ セロリー マッシュルーム
		プレーンオムレツ	たまご		さとう	あぶら	
		コロネーションサラダ	とりにく		じゃがいも	ノンエッグ マヨネーズ	きゅうり コーン
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			
21 (水)	。とうき 。冬季 オリンピック せかい こんだて 世界の献立。 一中3年なし 小会中3年なし 金中3年なし。 。~日本~	ごはん			こめ		
		スキーじる	とうふ ぶたにく みそ(だいず)		さつまいも こんにゃく		だいこん にんじん ごぼう
		しろみぎかなの かんずりソース	すけそうたら		さとう でんばん	あぶら	ゆず
		とうなのひたし					とうな もやし コーン にんじん
		ル レクチエゼリー			さとう こんにゃくこ		ようなし
22 (木)	。とうき 。冬季 オリンピック せかい こんだて 世界の献立。 。~アメリカ~	ごはん			こめ		
		クラムチャウダー	ベーコン あさり	チーズ ぎゅうにゅう	じゃがいも こむぎこ	バター(乳) あぶら	にんじん たまねぎ パセリ
		バーベキューチキン	とりにく		でんばん さとう こめこ	あぶら	
		コーンサラダ				あぶら	キャベツ きゅうり コーン
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			
23 (金)	。とうき 。冬季 オリンピック せかい こんだて 世界の献立。 。~イタリア~	コーンごはん			こめ		コーン
		カチャトーラ	とりにく			オリーブオイル	たまねぎ にんじん マッシュルーム ピーマン にんにく トマト
		ホキのこうそうやき	ホキ		さとう	ごま	パセリ たまねぎ にんにく トマト
		イタリアン ビーンズサラダ	しろいんげんまめ ひよこまめ ハム あかいんげんまめ いんげんまめ		じゃがいも	ノンエッグ マヨネーズ	にんじん きゅうり
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			
26 (月)		チーズパン		だっしふんにゅう チーズ	こむぎこ さとう		
		ブラウンシチュー	ぶたにく レンズまめ		じゃがいも こむぎこ さとう でんばん	あぶら ラード	たまねぎ にんじん にんにく しめじ トマト
		チキンサラダ	とりにく			ごま あぶら	キャベツ にんじん コーン レモン
		ぽんかん					ぽんかん
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			



みなさんのもとに給食がとどくまでに、たくさんの方がかかわっています

日 (曜)	連絡	こんだて	体をつくる		エネルギーのもと		体の調子をととのえる
			たんぱくしつ	むきしつ	たんすいかぶつ	しほう	ビタミン
27 (火)		ごはん			こめ		
		とろねばとんじる	ぶたにく なると みそ(だいず)	わかめ	さといも こんにゃく	ごまあぶら	にんじん たけのこ オクラ
		あつあげのごまだれかけ	なまあげ		さとう でんばん	ごま	
		のりずあえ	ツナ	のり			こまつな もやし にんじん
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			
28 (水)	あきはく 秋葉区 プチヴェール さつまいもく 給食の日	ごはん			こめ		
		えごまふりかけ	かつおぶし	わかめ のり あおさ	でんばん さとう むらさきいも	えごま	かぼちゃ しょうが
		たまごとほたてのスープ	ほたて たまご とうふ		でんばん		にんじん もやし きくらげ ねぎ
		おさつコロッケ			さとう でんばん パンこ(こむぎこ) さつまいも マッシュポテト	あぶら	
		プチヴェールの ファミリーサラダ				ノンエッグ マヨネーズ	プチヴェール キャベツ むらさきキャベツ コーン
29 (木)		ごはん			こめ		
		じゃがいものそばろに	ぶたにく なまあげ		じゃがいも でんばん さとう	あぶら	にんじん たまねぎ たけのこ グリーンピース
		アーモンドいり ちりめんじゃこの つくだに		ちりめんじゃこ	さとう	アーモンド	
		だいこんの しおこんぶあえ		こんぶ	さとう	ごま	だいこん にんじん しいたけ
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			
30 (金)		ごはん			こめ		
		さけのかすじる	さけ とうふ みそ(だいず) だいず		こんにゃく		だいこん ねぎ にんじん ごぼう
		チキンカツの みそだれかけ	とりにく みそ(だいず)		パンこ(こむぎこ) でんばん さとう	ごま あぶら ごまあぶら	にんにく
		そくせきづけ		くさわかめ			キャベツ きゅうり にんじん
		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			



あきはく  
秋葉区のプチヴェール®を味わいましょう



プチヴェール®とは、「芽キャベツ」と「ケール」という野菜をかけあわせて作られた、日本生まれの新しい野菜です。



プチヴェール®は甘みが強く、くせがないのでとても食べやすいです。冬の寒さに当たると、甘みがグッと増します。



つく かん  
プチヴェール®のファミリーサラダの作り方

プチヴェールと同じ「アブラナ科」の野菜を使ったファミリーサラダです。

さいしつ にんぎん  
材料 4人分  
プチヴェール…80g キャベツ…80g  
むらさき  
紫 キャベツ…40g ホールコーン缶…20g  
かん  
A(マヨネーズ…4g 塩…ひとつまみ こしょう…少々)

つく かん  
【作り方】  
1. プチヴェール®, キャベツ, 紫 キャベツは細めに切り、ゆでて冷ます。  
2. 水気を切った1に、コーンを加える。  
3. 混ぜ合わせたAと2を和えて、できあがり。

1月平均エネルギー量  
幼稚園：520キロカロリー  
小学校：619キロカロリー  
中学校：790キロカロリー

