



1月分予定献立表

登別市学校給食センター(令和7年)

月		火		水		木		金																			
献立名		材料名		献立名		献立名		献立名																			
<p>※必ず確認してください※</p> <p>食物アレルギーに不安がある方は、給食センターのホームページで成分表を必ず確認してください。</p> <p>例1) 魚の煮物には魚卵が残存している場合があります。</p> <p>例2) サケやタラは、えびやかにを食べている場合があります。</p> <p><お知らせ></p> <p>※牛乳は毎日つきます。</p> <p>乳アレルギーの場合…牛乳の代わりに緑茶がつきます。</p> <p>※デザートの一部は、代替品を用意します。</p> <p>※材料名横の()内にアレルギー物質を表記していますが、原材料名と同じ名称の場合は省略しています。</p> <p>※めん類の同一製造ラインにおいて、卵・そば・大豆・ごまを含んだ食品を扱っています。</p> <p>※骨なし魚は使用していません。(魚には骨があります。)</p> <p>※都合により、献立が一部変更になることがありますので、ご了承ください。</p>		14 (袋入り) うどん	小 554Kcal 中 622Kcal	15 ごはん	小 630Kcal 中 732Kcal	16 コッペパン	小 744Kcal 中 877Kcal	17 ごはん	小 599Kcal 中 689Kcal																		
		肉うどん	豚肉 人参 長ねぎ ほうれん草 冷凍 焼き竹輪 スライス 混合削り節 だし昆布 みりん 薄口醤油 濃口醤油	豆腐の中華煮	豚肉 しょうが にんにく 冷凍豆腐 さやいんげん 玉ねぎ 人参 濃口醤油 中華スープストック 上白糖 清酒 じゃがいも 澱粉 ごま油(ごま)O	さつまいもシチュー	ベーコン(大豆・豚肉) 玉ねぎ 人参 さつまいも ダイス スイートコーン ホール 調理用牛乳 国産ぶなしめじ 水煮 スープストック チキンコンソメ 脱脂粉乳 ペシャメルソース フレーク ハイメイズホワイトソース こしよ白	雑煮	煮込み餅 鶏肉 ごぼう 大根 人参 混合削り節 だし昆布 薄口醤油 濃口醤油 長ねぎ																		
		いなり寿司	精白米 果糖ぶどう糖液糖 マルトースシ럽 砂糖 醸造酢 食塩 昆布だし 大豆食物繊維(大豆) たん白加水分解物(大豆) 植物油 大豆 消泡剤(大豆) 水飴 醤油(小麦・大豆) でん粉(とうもろこし) 合わせ酢 油あげ	パイナップル缶	パイナップル ざらめ糖 グラニュー糖	トマトソースチキンカツ	鶏肉 トマトケチャップ 玉ねぎ 砂糖 白ワイン おろしりんご(りんご) 食塩 たんぱく加水分解物(大豆) 豆板醤(小麦・大豆) 酵母エキス オニオンパウダー(小麦) ナツメグパウダー デキストリン パン粉(小麦・大豆) 粒状植物性蛋白(大豆) 醤油(小麦・大豆) 香辛料 小麦粉 ぶどう糖 大豆粉(大豆) 植物油 なたね油 パーム油 澱粉 おろしんにんく	たらざんぎ	すけどうだら から揚げ粉(大豆) じゃがいも でん粉 とうもろこし でん粉 塩 植物性たん白(大豆) 香辛料 濃口醤油(小麦・大豆) たまり醤油(大豆) 発酵調味料(米) しょうが 還元水あめ にんにく みそ(大豆) 醸造酢 糖類(砂糖・黒糖) ごま油(ごま) 揚げ油																		
		シークワーサーゼリー	砂糖・ぶどう糖 果糖液糖 シークワーサー果汁 水溶性食物繊維 砂糖	<p><1月の平均栄養価></p> <table border="1"> <tr> <td></td> <td>エネルギー</td> <td>蛋白質</td> <td>脂質</td> <td>塩分</td> </tr> <tr> <td>(単位)</td> <td>(Kcal)</td> <td>(g)</td> <td>(g)</td> <td>(g)</td> </tr> <tr> <td>小学校</td> <td>653</td> <td>28.1</td> <td>19.6</td> <td>2.5</td> </tr> <tr> <td>中学校</td> <td>748</td> <td>31.6</td> <td>21.1</td> <td>2.9</td> </tr> </table>			エネルギー	蛋白質	脂質	塩分	(単位)	(Kcal)	(g)	(g)	(g)	小学校	653	28.1	19.6	2.5	中学校	748	31.6	21.1	2.9	<p>2 2歳未満</p> <p>3 すべての人に健康と福祉を</p>	
	エネルギー	蛋白質	脂質	塩分																							
(単位)	(Kcal)	(g)	(g)	(g)																							
小学校	653	28.1	19.6	2.5																							
中学校	748	31.6	21.1	2.9																							
<p>20 ごはん</p> <p>小 656Kcal 中 747Kcal</p> <p>さわにわん 沢煮椀</p> <p>さば 鯖の味噌煮</p> <p>【別紙一覧表について】</p> <p>調味料・加工品の詳細については、別紙となっております。</p> <p>必要に応じて、学校にお問い合わせください。</p> <p>▽印の加工品は別紙分析表を参照してください。</p> <p>■印は年間使用食品一覧表を参照してください。</p> <p>○印は月間調味料一覧表を参照してください。</p> <p>※登別市学校給食センターのホームページにも掲載しています。</p>		21 (袋入り) ラーメン	小 691Kcal 中 761Kcal	22 ごはん	小 656Kcal 中 756Kcal	23 ごはん	小 645Kcal 中 741Kcal	24 ごはん	小 643Kcal 中 736Kcal																		
		ちゃんぽん	豚肉 うずら卵 蒲鉾スライス(小麦・大豆・卵) キャベツ 人参 長ねぎ もやし きくらげ スライス にんにく スープストック 清酒 おろししょうが 豚骨 ラーメン	鶏ごま味噌鍋	ノンフライつくね(鶏肉) キャベツ 長ねぎ 人参 清酒 乾燥大根葉 冷凍豆腐 ダイスイ じゃがいも おろししょうが かつおエキス みりん 削り節 混合削り節 だし昆布 白すりごま 味噌 白こし味噌	ほうれん草と油揚げの味噌汁	冷凍豆腐 ほうれん草 長ねぎ 冷凍刻み揚げ 人参 削り節 だし昆布 混合削り節 味噌	豚汁	豚肉 冷凍豆腐 つきこん じゃくマ ダイスじゃがいも 玉ねぎ 長ねぎ 人参 笹がき ごぼう おろししょうが 削り節 混合削り節 だし昆布 味噌																		
		ショーロンポー(2こ)	豚肉 鶏肉 キャベツ 玉ねぎ 豚脂(豚肉) 難消化性デキストリン だけのご水煮 はるさめ 醤油(小麦・大豆) でん粉 かきエキス調味料 砂糖 おろししょうが 発酵調味料 植物油(ごま) 食塩 香辛料 小麦粉 小麦グルテン(小麦)	いわしの梅煮	いわし 砂糖 みりん 醤油(大豆・小麦) 梅肉 米澱粉 香辛料	照り焼きチキン	鶏肉 発酵調味料 濃口醤油(小麦・大豆) 砂糖	れんこんハンバーグ	鶏肉 玉葱 れんこん 豚肉 豚脂(豚肉) パン粉(小麦) 蛋白加水分解物(大豆・小麦) みりん 食塩 砂糖 揚げ油																		
		さつまいもスティック	さつまいも 砂糖 植物油	のり海苔の佃煮	醤油(小麦・大豆) 水飴 砂糖 干しあまのり 干しひとえぐさ でん粉 はちみつ 鰹節エキス かきエキス 酵母エキス																						
27 ごはん		小 683Kcal 中 789Kcal	28 (袋入り) うどん	小 623Kcal 中 700Kcal	29 ごはん	小 736Kcal 中 871Kcal	30 ごはん	小 659Kcal 中 745Kcal	31 ごはん	小 616Kcal 中 700Kcal																	
<p>和食の日</p>		いも団子汁	芋団子 鶏肉 笹がきごぼう 玉ねぎ 大根 人参 長ねぎ 冷凍豆腐 混合削り節 だし昆布 薄口醤油 濃口醤油 みりん	和風カレーうどん	鶏肉 笹がきごぼう 玉ねぎ 人参 冷凍刻み揚げ 長ねぎ 和風カレーだし 濃口醤油 じゃがいも 澱粉	ポークハヤシライス	豚肉 玉ねぎ 人参 ソテー オニオン ハヤシフレック デミグラスソース トマトジュース ぶどう酒赤 チキンコンソメ 生クリーム(乳)▽	けんちん汁	鶏肉 笹がきごぼう 大根 人参 長ねぎ 国産ぶなしめじ 水煮 冷凍豆腐 清酒 削り節 だし昆布 濃口醤油 みりん	ワンタンスープ	ワンタン(ごま・小麦・豚肉・大豆)▽ 人参 もやし 国産ぶなしめじ 水煮 ほうれん草 にんにく 塩ラーメンスープ 濃口醤油 しょうが 清酒 みりん こしよ白 長ねぎ																
		いわしのゆず味噌煮	いわし 味噌(大豆) みりん 砂糖 ゆず 米でん粉	発芽玄米入り平つくね	鶏肉 パン粉(小麦) 粉末状大豆たん白(大豆) 澱粉 玉ねぎ 豚脂(豚肉) 発芽玄米 砂糖 食塩 酵母エキス 香辛料 果糖ぶどう糖液糖 こいくちしょうゆ(小麦・大豆) 酵母エキス 発酵調味料 カツオブシエキス(小麦・大豆) しょうゆ調味料(小麦・大豆)	かぼちゃサラダ	かぼちゃ ドレッシング[食用植物油 鶏卵 醸造酢 食塩 砂糖 香辛料 ミルク風味シロップ レモン果汁パウダー(小麦・卵・乳・大豆)] 卵白粉末(卵) 乳たんぱく(乳)	味噌だれ肉団子(2こ)	鶏肉 豚肉 玉葱 パン粉(小麦) 粉末状植物性たん白(大豆) 粒状植物性たん白(大豆) 豚脂(豚肉) 食塩 たん白自己消化物 植物油(ごま) 香辛料 砂糖 みそ(大豆) 水あめ 発酵調味料 ごま 醸造酢(りんご) 酵母エキス 生姜 酢調味料(大豆・小麦) なたね油	さけメンチカツマヨネーズ	鮭 玉ねぎ パン粉(小麦) 植物油(乳成分) でん粉 加工でん粉 豚コラーゲン(豚肉) 砂糖 食塩 食用油脂(パーム、ヤシ由来) 醸造酢 砂糖・ぶどう糖 果糖液糖 セラチン卵黄(卵) 卵黄粉末(卵) 卵白(卵) 香辛料 小麦粉 植物性蛋白(大豆) ぶどう糖 ベーキングパウダー 揚げ油																
		ごぼうサラダ	ごぼう マヨネーズ(卵・大豆) にんじん ごま 砂糖 醤油(小麦・大豆) 植物油(ごま) 食塩	給食週間フルーツゼリー	ぶどう糖 果糖液糖 りんご果汁(りんご) グラニュー糖 ビーチ果汁(もも) みかん果汁																						