

学校給食予定献立表



葛城市学校給食センター

月

火

水

木

金

献立名・材料名

食品群

アレルギー

献立名・材料名

食品群

アレルギー

献立名・材料名

食品群

アレルギー

献立名・材料名

食品群

アレルギー

献立名・材料名

食品群

アレルギー

9

9

9

9

9

背割りパン 牛乳 ロングウインナー
ドライカレー コンソメスープ
ミルメーク(コーヒー)

背割りパン 牛乳 ロングウインナー
ドライカレー コンソメスープ
ミルメーク(コーヒー)

背割りパン 牛乳 ロングウインナー
ドライカレー コンソメスープ
ミルメーク(コーヒー)

背割りパン 牛乳 ロングウインナー
ドライカレー コンソメスープ
ミルメーク(コーヒー)

背割りパン 牛乳 ロングウインナー
ドライカレー コンソメスープ
ミルメーク(コーヒー)

例

献立名

料理に使う材料

含まれるアレルギー
卵・乳・エビ・カニのみ
表示しています。

献立表の様式が変わります！
右の例を参考にご覧ください。
ご不明な点があれば、給食セン
ターまでお問い合わせください。
☎0745-69-1666

12

13

14

15

16

ごはん 牛乳 ピビンパ ナムル
ビーフンスープ

お赤飯 牛乳 鶏肉の照り焼き
きんぴらごぼう 奈良の雑煮
きなこ(小袋) 紅白ゼリー

ごはん 牛乳 さばの塩こうじ焼き
キャベツのたくあん和え 関東煮

コッペパン 牛乳
豆乳コーンコロッケ 海藻サラダ
冬野菜のボトフ りんごジャム

1月19日(月)
防災給食(ぼうさいきゅうしょく)

1月17日は、「防災とボラン
ティアの日」、「おむすびの日」で
す。どちらも1995年1月17日
に起こった阪神・淡路大震災を
もとにできた記念日です。

防災給食では、日ごろから家
庭で備えていると安心な缶づ
めや乾物、そして根菜を使って
給食を作ります。

19

20

21

22

23

わかめごはん 牛乳
さばツナけんちん汁 ストックサラダ
カンパン プチアセロラゼリー

ごはん 牛乳 うめこんぶ和え
和風ハンバーグおろしソース
ほっこりみそしる〜冬に負けない〜

ごはん 牛乳 ぶりの竜田揚げ
荳わかめの五目炒め かき玉汁

ごはん 牛乳
栄養満点!酒かすカレー
軍配うちわサラダ ヨーグルト

コッペパン 牛乳 ポテトカップグラタン
小魚とひじきのサラダ
ニョッキのクリーム煮

わかめごはん
せいはいくまい
わかめごはんのもと
牛乳
牛乳
さばツナけんちん汁
さばみずに
シーチキン
きざみこんぶ
だいこん
ごぼう
にんじん
ほししいたけ
こいくちしょうゆ
みりん
しお
だしパック
みず
ストックサラダ
ミックスピーンズ
きりぼしだいこん
コーン
ごまドレッシング
カンパン
カンパン
プチアセロラゼリー
プチアセロラゼリー

ごはん
せいはいくまい
牛乳
牛乳
わふうハンバーグおろしソース
ハンバーグ
だいこんおろし
こいくちしょうゆ
みりん
さとう
だしじる
うめこんぶあえ
キャベツ
きゅうり
カリカリうめ
しおこんぶ
ほっこりみそしる〜ふゆにまけない〜
ぶたにく
たまねぎ
にんじん
ごぼう
さつまいも
くりかぼちゃ
しょうが
はねぎ
ごまあぶら
みそ
だしパック
みず

ごはん
せいはいくまい
牛乳
牛乳
ぶりのたつたあげ
ぶりのたつたあげ
あぶら
くきわかめのごもくいため
ぶたにく
つきこんにやく
くきわかめ
にんじん
さとう
こいくちしょうゆ
みりん
ごま
あぶら
かきたまじる
とうふ
たまご
たまねぎ
にんじん
はねぎ
えのきたけ
こいくちしょうゆ
みりん
しお
だしパック
みず

ごはん
せいはいくまい
牛乳
牛乳
えいようまんてん!さけかすカレー
ヤマトポーク
じゃがいも
にんじん
たまねぎ
なす
にんにく
さけかす
カレールウ(こむぎなし)
とんかつソース
チキンスープ
みず
ぐんばいうちわサラダ
だいこん
れんこん
にんじん
コーン
ピッコロハム
イタリアンドレッシング
ヨーグルト
ヨーグルト

コッペパン
コッペパン
牛乳
牛乳
ポテトカップグラタン
ポテトカップグラタン(かぼちゃ)
こざかなとひじきのサラダ
ちりめんじゃこ
キャベツ
ひじき
にんじん
コーン
す
さとう
ごまあぶら
こいくちしょうゆ
ニョッキのクリームに
こめこニョッキ
とりにく
たまねぎ
にんじん
エリンギ
ブロッコリー
とうにゅう
こめこ
チキンスープ
しお
こしょう
みず

中学校

中学校

中学校

中学校

中学校

エネルギー(kcal)

たんぱく質(g)

エネルギー(kcal)

たんぱく質(g)

エネルギー(kcal)

たんぱく質(g)

エネルギー(kcal)

たんぱく質(g)

エネルギー(kcal)

たんぱく質(g)

