




平成30年度

1月分 学校給食予定献立表




新設道市立高根学校給食センター 0550-82-6182

日 曜日	こんだて	おもに体をつくる もとになる食べ物		おもに体の調子を整える もとになる食べ物		おもにエネルギーの もとになる食べ物		献立量		
		小 中 高	小 中 高	小 中 高	小 中 高	小 中 高	小 中 高	小 中 高	小 中 高	
9	ごてんばコシヒカリごはん					こめ				
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう								
	さばのゆうあん焼き	さば		ゆず		さとう			673	855
	野菜のごまあえ			こまつな・にんじん・キャベツ		さとう・ごま			16	15
水	お雑煮風	とりにく・かまぼこ		にんじん・だいこん・はくさい・ごぼう しいたけ		さといも・しらたまだんご			32	29
									2.0	2.1
10	ごてんばコシヒカリごはん					こめ				
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう								
	つくね焼き	とりにく		キャベツ・しょうが		さとう・でんぶん・ごま			624	795
	五目煮豆	だいず・とりにく		にんじん・こんにゃく・ごぼう・さやいんげん		さとう・あぶら			14	13
	かきたま汁	とうふ・たまご・かまぼこ		ねぶかねぎ・にんじん・えのきだけ		でんぶん			27	24
	青りんごゼリー					あおりんごゼリー			2.6	3.1
木	ナン					ナン				
	ドライカレー	ぶたにく・こなチーズ		にんにく・しょうが・にんじん・たまねぎ あおピーマン		あぶら・さとう・ルウ			654	815
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							16	15
	ツナコロッケ	ツナ		たまねぎ		じゃがいも・パンこ・あぶら こむぎこ・さとう・こめこ			40	38
金	イタリアンサラダ			キャベツ・とうもろこし・あかピーマン		ドレッシング			3.4	4.4
15	ごてんばコシヒカリごはん					こめ				
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう								
	ホイコーロー	ぶたにく・みそ		キャベツ・あかピーマン・あおピーマン・にんにく		あぶら・さとう・でんぶん			615	764
	ポークシューマイ	ぶたにく		たまねぎ・しょうが		パンこ・でんぶん・さとう・こむぎこ			15	15
	中華風コンソープ	たまご		とうもろこし・たまねぎ・パセリ		でんぶん			2.1	2.8
ごてんばごめこの日(地場産物給食の日)										
16	角食パン					パン				
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう								
	チキンマカロニグラタン	とりにく・ぎゅうにゅう・チーズ なまクリーム		たまねぎ・グリーンピース・マッシュルーム パセリ		あぶら・こむぎこ・バター パンこ・マカロニ・オリーブ油			687	819
	キャベツのスープ			キャベツ・にんじん・ねぶかねぎ					38	36
水	ごてんばごめこのムース					ごてんばごめこのムース			3.0	4.0
17	ごてんばコシヒカリごはん					こめ				
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう								
	きびなごフライ	きびなご				ごま・あぶら・パンこ こむぎこ			604	783
	信田煮風	あぶらあげ		だいこん・にんじん・ぜんまい・さやいんげん		さとう			15	14
木	豚汁	ぶたにく・とうふ・みそ		こんにゃく・ねぶかねぎ・ごぼう・にんじん		さといも・あぶら			30	27
									1.7	2.0
18	まるがたパン					パン				
	ハンバーグのトマトソース	とりにく・ぶたにく		たまねぎ・しょうが・にんにく		さとう・あぶら			640	813
	スライスチーズ	チーズ							20	20
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							30	37
	フレンチサラダ			キャベツ・とうもろこし・にんじん		ドレッシング			3.6	4.6
金	カレーポトフ	とりにく・うすらたまご		はくさい・にんじん		あぶら・ルウ・じゃがいも				
21	ごてんばコシヒカリごはん					こめ				
	ねぎ塩豚丼の具	ぶたにく		にんにく・しょうが・にんじん・たまねぎ ねぶかねぎ・ごぼう・レモンじり		あぶら・でんぶん・ごまあぶら			663	792
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							19	14
	ツナたまご	たまご・ツナ				さとう・あぶら・でんぶん			2.0	2.5
月	のっぺい汁	とうふ		こんにゃく・にんじん・だいこん・しめじ ごぼう		じゃがいも・でんぶん				
22	うどん					うどん				
	こぎつねうどんの汁	とりにく・あぶらあげ・かまぼこ		しめじ・ねぶかねぎ		あぶら・でんぶん			649	778
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう							16	16
	シャリシャリ大豆	だいず				でんぶん・あぶら・さとう			3.0	3.5
	もやしのみりカラ和え			もやし・にんじん・キャベツ		ラー油・ごまあぶら				
火	カスタードクレープ					カスタードクレープ				

日 曜日	ごはん	おもに作る もともなる食べ物	おもに作る もともなる食べ物	おもに作る もともなる食べ物	栄養価	
					小中学校	小中学校
23	ごはん			こめ	631 16 30 23	731 16 29 27
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	豚肉の煮物	ぶたにく・あつあげ	しょうが・こんにやく・にんじん・だいこん ねぶかねぎ			
	たこメンチ	たら・たこ・あおさ	キャベツ・しょうが	でんぶん・こむぎこ・あぶら さとう・パンこ		
水	いものご汁	とうふ・みそ	ごぼう・こんにやく・にんじん	さといも・あぶら		


半校給食週間(がっこうきゅうしょくしゅうかん)24日~30日

初めての給食 明治22年

24	麦ごはん			こめ・むぎ	615 16 23 25	750 15 21 30
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	鮭の塩焼き	さけ				
	野菜漬		のぎなづけ	ごまあぶら		
木	さつまいものみそ汁	とうふ・あぶらあげ・みそ	ねぶかねぎ・だいこん	さつまいも		


25	あげパン			パン・あぶら・さとう	660 15 31 26	840 15 29 36
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	パンネポロナーゼ	ぶたにく・こなチーズ	しょうが・にんにく・たまねぎ・トマト マッシュルーム・パセリ	パンネ・オリーブゆ・あぶら・さとう		
	野菜のスープ	ベーコン	キャベツ・にんじん・だいこん・ねぶかねぎ	あぶら		
金	ヨーグルト	ヨーグルト				

ごはんこめカレーの日

28	ごはん			こめ	516 12 13 18	602 11 13 23
	ごはんこめカレー	ぶたにく	にんにく・しょうが・にんじん・たまねぎ グリーンピース	じゃがいも・ルウ・オリーブゆ		
	お茶					
	キャベツソテー	ハム	キャベツ・とうもろこし・さやいんげん しめじ	オリーブゆ		
月	かんきつゼリー			かんきつゼリー		

29	ごはん			こめ	578 16 28 23	756 15 25 30
	ひじきご飯の具	ひじき・ぶたにく	しめじ・にんじん・あまずしょうが ねぶかねぎ	あぶら・さとう		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	野菜しんじょう	たら・とうふ	たまねぎ・とうもろこし・えだまめ・かぼちゃ ながいも・にんじん	パンこ・さとう・あぶら		
火	具だくさんみそ汁	あぶらあげ・とうふ・みそ	だいこん・にんじん・キャベツ	あぶら		

昭和50年ごろの給食

30	角食パン			パン	670 15 35 23	792 15 33 30
	ピーナツクリーム			ピーナツクリーム		
	コーヒー牛乳	ぎゅうにゅう		コーヒーぎゅうにゅうのもと		
	鶏肉のノルウェー風	とりにく		でんぶん・あぶら・さとう		
水	粉ふきもち		パセリ	じゃがいも		
	白菜のスープ	ベーコン	たまねぎ・にんじん・パセリ・はくさい	あぶら		

31	ごはん			こめ	651 14 30 28	756 14 30 33
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				
	ソースカツ	とりにく		あぶら・パンこ こむぎこ・でんぶん		
	野菜の昆布和え	こんぶ	キャベツ・にんじん・ほうれんそう			
木	根菜ごまキムチ汁	ぶたにく・あぶらあげ・とうふ みそ	にんじん・ごぼう・だいこん・ねぶかねぎ はくさいキムチ	ごま・あぶら・さといも		

※都合により、献立内容を変更させていただく場合があります。
※上記の食品以外にも使用する場合があります。
アレルギー食材の確認など 詳細につきましては
高槻学校給食センター にお問い合わせください。
※給食のみは、ふるさと工場で作られた手作りみそを
一部使用する予定です。
※ごはんは、すべてごはん100%です。



《1月の給食のない予定日》
★高槻小・・・18日
1・2年生・・・25日
6年生・・・29日
★分校・・・25日



栄養素	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)
	650	13~20	13~20
		20~30	20~30
		2.0	2.5

1月に、ごはんこめカレーの米物を使用した「ごはんこめカレー」の日を、御殿場市内全学校で実施
します。高槻学校給食センターでは、28日に実施します。
また、その日のメニューは食物アレルギーを持つ児童・生徒も同じ給食を味わってほしいとの思いから、
アレルギー食品をなるべく含まないメニューを考えました。

希望メニュー紹介

高槻小6年・・・お米のムース あげパン カレー
あげパン グラタン カリカリ大豆
高槻中3年・・・お米のムース あげパン クレープ



1月24日から30日は給食週間です！
明治22年給食が始まる日頃の献立、昭和の献立、
みんなで作る給食の日が登場します。
1月の給食に6年生と中学3年生の希望メニューが出ます。

当初より予定しておりましたが、『ごはん
こめカレーの日』ですが、29日と通知
がありましたが、28日に変更させてい
ただきました。ご迷惑おかけして申し訳
ございません。
なお、アレルギー等の変更はございませ

