



1月 学校給食献立表 A



令和7年度
東広島学校給食センター

日(曜)		7(水)		8(木)		9(金)		13(火)		14(水)		15(木)		16(金)		19(月)		20(火)		21(水)				
献立		牛乳 ごはん ぶりの照り焼き 紅白なます 雑煮		牛乳 バターパン ボークビーンズ ハムサラダ		牛乳 そばろごはん (ごはん) (そばろごはんの具) 粕汁 小魚アーモンド		牛乳 ごはん コメカラ 添え野菜 ♡広レモ菜 Miso Soup♡		牛乳 ごはん 中華風うま煮 春雨あえ		牛乳 コッペパン クリームスパゲッティ 花野菜のソテー		牛乳 ごはん 鮭のごまだれかけ コーンポテト わかめスープ		牛乳 ミートボールカレーライス (ごはん) (ミートボールカレーのルウ) みかんのサラダ		牛乳 ごはん チキンカツ 昆布炒め 根菜汁 いよかんゼリー		牛乳 ごはん 豆腐のオイスターソース煮 中華あえ				
		一人分量 (g)		一人分量 (g)		一人分量 (g)		一人分量 (g)		一人分量 (g)		一人分量 (g)		一人分量 (g)		一人分量 (g)		一人分量 (g)		一人分量 (g)				
食 材 名	牛乳	206.00	○	牛乳	206.00	○	牛乳	206.00	○	牛乳	206.00	○	牛乳	206.00	○	牛乳	206.00	○	牛乳	206.00	○	牛乳	206.00	○
	精白米 学校給食用強化米	80.00 0.24	□	バターパン	55.00	□	精白米 学校給食用強化米	80.00 0.24	□	精白米 学校給食用強化米	80.00 0.24	□	精白米 学校給食用強化米	80.00 0.24	□	精白米 学校給食用強化米	80.00 0.24	□	精白米 学校給食用強化米	80.00 0.24	□	精白米 学校給食用強化米	80.00 0.24	□
	ぶり50g	1切	○	豚肉	25.00	○	炒り卵	15.00	○	鶏肉	25.00	○	豚肉	25.00	○	鮭50g	1切	○	ミートボール	30.00	○	鶏肉	25.00	○
	おろししょうが	0.12	△	おろしにんにく	0.20	△	鶏ひき肉	18.00	○	塩	0.10	○	鶏肉	25.00	○	おろししょうが	0.20	△	にんじん	15.00	△	揚げ油	5.00	□
	三温糖	0.80	□	大豆(乾)	10.00	○	料理酒	1.20	○	こしょう	0.01	○	料理酒	1.00	○	三温糖	1.50	□	たまねぎ	40.00	△	料理酒	1.00	○
	こいくちしょうゆ	2.00	○	にんじん	20.00	△	おろししょうが	0.30	△	おろしにんにく	0.18	△	絹揚げ	30.00	○	こいくちしょうゆ	2.50	○	じゃがいも	40.00	□	にんじん	3.00	△
	料理酒	1.50	○	たまねぎ	40.00	△	にんじん	15.00	△	清酒	1.20	○	にんじん	20.00	△	マッシュルーム	6.00	△	料理酒	1.00	○	グリーンピース	25.00	△
	みりん風調味料	1.00	○	じゃがいも	60.00	□	ごぼう	15.00	△	米粉	6.00	□	たまねぎ	20.00	△	パセリ(乾)	0.03	□	みりん風調味料	1.00	○	カレールー	14.00	△
	水	2.00	○	マッシュルーム	8.00	△	干し椎茸	0.50	△	揚げ油	5.00	○	たけのこ	15.00	△	米粉	2.00	□	白ごま	0.50	□	トマトケチャップ	3.00	○
	じゃがいもでん粉	0.15	□	丸鶏使用がらスープ	0.45	○	グリーンピース	5.00	△	揚げ油	5.00	○	しいたけ	5.00	△	調理用牛乳	20.00	○	水	4.00	○	ウスターソース	2.00	○
	京にんじん	5.00	△	トマトケチャップ	10.00	○	三温糖	2.20	□	にんじん	5.00	△	じゃがいも	40.00	□	丸鶏使用がらスープ	0.60	○	じゃがいもでん粉	0.25	□	水	90.00	○
	だいこん	35.00	△	ウスターソース	1.50	○	こいくちしょうゆ	4.40	△	キャベツ	30.00	△	チンゲンサイ	30.00	△	丸鶏使用がらスープ	0.30	○	こしょう	0.02	□	木綿豆腐	25.00	○
	白ごま	0.50	□	三温糖	0.40	□	みりん風調味料	0.60	○	三温糖	1.40	□	水	25.00	○	こしょう	0.02	□	とうもろこし	3.00	△	にんじん	5.00	△
	三温糖	1.20	□	こしょう	0.02	○	木綿豆腐	20.00	○	木綿豆腐	15.00	○	水	25.00	○	塩	0.12	□	みかん缶	10.00	△	ごぼう	8.00	△
	酢	1.50	○	水	45.00	○	にんじん	8.00	△	にんじん	8.00	△	水	25.00	○	こしょう	0.01	□	にんじん	7.00	△	れんこん	10.00	△
	塩	0.10	○	ハム	10.00	○	だいこん	15.00	△	だいこん	15.00	△	ツナ油漬け	8.00	○	塩	0.12	□	キャベツ	35.00	△	だいたい	15.00	△
	鶏肉	8.00	○	にんじん	5.00	△	れんこん	8.00	△	しいたけ	3.00	△	チキンハム	5.00	○	ベーコン	8.00	○	きゅうり	10.00	△	板こんにゃく	10.00	△
	白玉だんご	22.00	□	キャベツ	35.00	△	板こんにゃく	8.00	△	じゃがいも	20.00	□	はるさめ	5.00	□	料理酒	0.60	○	なたね油	0.80	□	ねぎ	3.00	△
	油揚げ	3.50	○	きゅうり	12.00	△	さといも	20.00	□	チンゲンサイ	10.00	△	にんじん	5.00	△	木綿豆腐	20.00	○	きゅうり	10.00	△	三温糖	2.00	○
	にんじん	6.00	△	しらねぎ	1.00	□	だし煮干し	2.00	○	しろねぎ	3.00	△	もやし	25.00	△	にんじん	6.00	△	たまねぎ	20.00	△	酢	2.00	○
	ごぼう	7.00	△	なたね油	0.80	□	レモン	4.50	○	だし煮干し	1.20	□	きゅうり	10.00	△	たまねぎ	20.00	△	もやし	15.00	△	塩	0.20	○
	はくさい	25.00	△	酢	2.50	○	中みそ	4.00	○	中みそ	2.00	□	白ごま	0.60	□	なたね油	0.15	□	かットわかめ	0.60	○	ごま油	0.30	□
ねぎ	3.00	△	酒かす	0.20	○	白みそ	4.00	○	中みそ	8.50	○	三温糖	0.80	□	こしょう	0.01	□	ねぎ	3.00	△	塩	0.30	△	
だし昆布	1.00	○	こしょう	0.01	○	塩	0.25	□	水	125.00	○	水	125.00	○	うすくちしょうゆ	1.60	○	丸鶏使用がらスープ	0.55	○	ごま油	0.50	□	
混合削り節	2.00	○				水	120.00	○				うすくちしょうゆ	1.60	○	ごま油	1.00	□	こいくちしょうゆ	2.80	○	塩	0.25	□	
うすくちしょうゆ	1.30	○				小魚アーモンド 8 g	1個	○				ごま油	1.00	□				こしょう	0.02	□	ごま油	0.30	□	
こいくちしょうゆ	2.20	○																伊予柑ゼリー40 g	1個	□	水	125.00	○	
みりん風調味料	1.00	○																			細切りかまぼこ	6.00	○	
塩	0.30	△																			にんじん	5.00	△	
水	125.00	○																			もやし	30.00	△	
																					きゅうり	10.00	△	
																					カットわかめ	0.50	○	
																					三温糖	0.80	□	
																					酢	2.50	○	
																					うすくちしょうゆ	1.30	○	
																					ごま油	1.00	□	
													</											