



1月 学校給食献立表

令和7年度
西条学校給食センター

| 日(曜) | 7(水) | 8(木) | 9(金) | 13(火) | 14(水) | 15(木) | 16(金) | 19(月) | 20(火) | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------|---|--|---|--|---|--|---|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| 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 ポークビーンズ みかんのサラダ | 牛乳 ごはん 五目卵焼き 切干大根の甘酢あえ 粕汁 | 牛乳 ごはん 中華風うま煮 春雨あえ | 牛乳 ごはん チキンカツ まめによるこぶあえ 根菜汁 いよかんゼリー | 牛乳 コッペパン うずら卵入りポトフ ちりめんサラダ | 牛乳 ごはん 豚肉と大根の煮物 おかかあえ | 牛乳 古代米ごはん カキフライ ごま香るれんこんサラダ ゆめまる汁 | 牛乳 ごはん ビーフカレー ハムサラダ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 献立の材料 | 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) | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 牛乳 206.00 ○ 精白米 70.00 □ 学校給食用強化米 0.21 ぶり 50.00 ○ 三温糖 0.80 □ こいくちしょうゆ 2.00 みりん風調味料 1.00 料理酒 1.00 おろししょうが 0.12 △ 水 2.00 じゃがいもでん粉 0.20 □ だいこん 35.00 △ きょうにんじん 5.00 △ 白ごま 0.50 □ 三温糖 1.20 □ 塩 0.10 酢 1.50 鶏肉 12.00 ○ 白玉だんご 22.00 □ 油揚げ 3.50 ○ にんじん 6.00 △ ごぼう 7.00 △ 干し椎茸 0.40 △ はくさい 25.00 △ ねぎ 3.00 △ だし昆布 1.00 混合削り節 1.00 うすくちしょうゆ 1.30 こいくちしょうゆ 2.20 みりん風調味料 1.00 塩 0.30 水 120.00 出来上がり 205.00 お正月献立 | 牛乳 206.00 ○ バターパン 55.00 □ 豚肉 30.00 ○ 料理酒 0.80 おろしにんにく 0.20 △ 大豆(乾) 10.00 △ にんじん 15.00 △ たまねぎ 35.00 △ じゃがいも 50.00 □ マッシュルーム 5.00 △ グリーンピース 5.00 △ 丸鶏使用がらスープ 0.50 トマトケチャップ 8.00 ウスターソース 1.50 三温糖 0.40 □ 塩 0.20 こしょう 0.02 水 35.00 みかん缶 10.00 △ キャベツ 35.00 △ きゅうり 10.00 △ にんじん 7.00 △ 三温糖 0.60 □ 酢 2.50 なたね油 1.00 □ 塩 0.22 こしょう 0.01 | 牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 五目卵焼き 50.00 ○ 切干しだいこん 5.50 △ カットわかめ 0.40 ○ ツナ油漬け 3.00 ○ きゅうり 7.00 △ にんじん 4.00 △ 三温糖 0.60 □ うすくちしょうゆ 1.00 酢 1.20 木綿豆腐 20.00 ○ にんじん 8.00 △ だいこん 15.00 △ さといも 20.00 □ 板こんにゃく 8.00 △ ごぼう 8.00 △ しろねぎ 5.00 △ だし煮干し 2.00 中みそ 4.50 ○ 白みそ 4.00 ○ 酒かす 2.00 塩 0.25 水 115.00 出来上がり 205.00 | 牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 豚肉 24.00 ○ いか 15.00 ○ 料理酒 1.00 にんじん 15.00 △ たまねぎ 20.00 △ じゃがいも 40.00 □ 絹揚げ 30.00 ○ しいたけ 5.00 △ たけのこ 15.00 △ チンゲンサイ 10.00 △ 丸鶏使用がらスープ 0.30 れんこん 1.40 □ にんじん 5.00 △ だいこん 15.00 △ 水 25.00 はるさめ 5.00 □ きゅうり 10.00 △ しろねぎ 25.00 △ にんじん 5.00 △ ごま油 0.60 □ 白ごま 0.80 □ 三温糖 2.50 酢 1.60 うすくちしょうゆ 1.00 □ ごま油 1.00 □ | 牛乳 206.00 ○ 精白米 70.00 □ 学校給食用強化米 0.21 チキンカツ 50.00 ○ 揚げ油 5.00 □ 大豆(ゆで) 8.00 ○ キャベツ 20.00 △ こまつな 8.00 △ しめじ 0.60 ○ うずら卵 24.00 ○ パセリ(乾) 0.03 丸鶏使用がらスープ 0.50 塩 0.30 こしょう 0.01 水 50.00 出来上がり 205.00 ちりめん 1.50 ○ はくさい 40.00 △ ほうれんそう 10.00 △ にんじん 5.00 △ とうもろこし 5.00 △ 三温糖 1.00 □ 酢 2.50 うすくちしょうゆ 1.30 なたね油 1.00 □ 塩 0.05 こしょう 0.01 伊予柑ゼリー 40.00 □ | 牛乳 206.00 ○ コッペパン 55.00 □ 鶏肉 25.00 ○ 料理酒 0.80 ニカサメイナ 15.00 ○ にんじん 15.00 △ たまねぎ 20.00 △ だいこん 20.00 △ じゃがいも 40.00 □ しめじ 5.00 △ うずら卵 24.00 ○ パセリ(乾) 0.03 丸鶏使用がらスープ 0.50 塩 0.30 こしょう 0.01 水 50.00 出来上がり 205.00 ちりめん 1.50 ○ はくさい 40.00 △ ほうれんそう 10.00 △ にんじん 5.00 △ とうもろこし 5.00 △ 三温糖 1.00 □ 酢 2.50 うすくちしょうゆ 1.30 なたね油 1.00 □ 塩 0.05 こしょう 0.01 | 牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 豚肉 30.00 ○ 料理酒 1.00 かきフライ 40.00 ○ 揚げ油 4.00 □ 鶏肉 1.00 にんじん 15.00 △ だいこん 50.00 △ じゃがいも 30.00 □ れんこん 10.00 △ キャベツ 45.00 ○ さやいんげん 5.00 △ 三温糖 1.50 □ みりん風調味料 0.80 こいくちしょうゆ 5.50 水 30.00 はくさい 30.00 △ もやし 20.00 △ こまつな 10.00 △ にんじん 5.00 △ 和え物用花かつお 0.60 ○ 三温糖 0.80 □ こいくちしょうゆ 1.80 | 牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 鶏肉 25.00 ○ 料理酒 0.80 豚肉 30.00 ○ 揚げ油 4.00 □ 鶏肉 1.00 にんじん 15.00 △ だいこん 50.00 △ じゃがいも 30.00 □ れんこん 10.00 △ キャベツ 45.00 ○ さやいんげん 5.00 △ 三温糖 1.50 □ みりん風調味料 0.80 こいくちしょうゆ 5.50 水 30.00 はくさい 30.00 △ もやし 20.00 △ こまつな 10.00 △ にんじん 5.00 △ 和え物用花かつお 0.60 ○ 三温糖 0.80 □ こいくちしょうゆ 1.80 | 牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 鶏肉 25.00 ○ 料理酒 0.80 豚肉 30.00 ○ 揚げ油 4.00 □ 鶏肉 1.00 にんじん 15.00 △ だいこん 50.00 △ じゃがいも 30.00 □ れんこん 10.00 △ キャベツ 45.00 ○ さやいんげん 5.00 △ 三温糖 1.50 □ みりん風調味料 0.80 こいくちしょうゆ 5.50 水 30.00 はくさい 30.00 △ もやし 20.00 △ こまつな 10.00 △ にんじん 5.00 △ 和え物用花かつお 0.60 ○ 三温糖 0.80 □ こいくちしょうゆ 1.80 | 牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 鶏肉 25.00 ○ 料理酒 0.80 豚肉 30.00 ○ 揚げ油 4.00 □ 鶏肉 1.00 にんじん 15.00 △ だいこん 50.00 △ じゃがいも 30.00 □ れんこん 10.00 △ キャベツ 45.00 ○ さやいんげん 5.00 △ 三温糖 1.50 □ みりん風調味料 0.80 こいくちしょうゆ 5.50 水 30.00 はくさい 30.00 △ もやし 20.00 △ こまつな 10.00 △ にんじん 5.00 △ 和え物用花かつお 0.60 ○ 三温糖 0.80 □ こいくちしょうゆ 1.80 | 牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 鶏肉 25.00 ○ 料理酒 0.80 豚肉 30.00 ○ 揚げ油 4.00 □ 鶏肉 1.00 にんじん 15.00 △ だいこん 50.00 △ じゃがいも 30.00 □ れんこん 10.00 △ キャベツ 45.00 ○ さやいんげん 5.00 △ 三温糖 1.50 □ みりん風調味料 0.80 こいくちしょうゆ 5.50 水 30.00 はくさい 30.00 △ もやし 20.00 △ こまつな 10.00 △ にんじん 5.00 △ 和え物用花かつお 0.60 ○ 三温糖 0.80 □ こいくちしょうゆ 1.80 | 牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 鶏肉 25.00 ○ 料理酒 0.80 豚肉 30.00 ○ 揚げ油 4.00 □ 鶏肉 1.00 にんじん 15.00 △ だいこん 50.00 △ じゃがいも 30.00 □ れんこん 10.00 △ キャベツ 45.00 ○ さやいんげん 5.00 △ 三温糖 1.50 □ みりん風調味料 0.80 こいくちしょうゆ 5.50 水 30.00 はくさい 30.00 △ もやし 20.00 △ こまつな 10.00 △ にんじん 5.00 △ 和え物用花かつお 0.60 ○ 三温糖 0.80 □ こいくちしょうゆ 1.80 | 牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 鶏肉 25.00 ○ 料理酒 0.80 豚肉 30.00 ○ 揚げ油 4.00 □ 鶏肉 1.00 にんじん 15.00 △ だいこん 50.00 △ じゃがいも 30.00 □ れんこん 10.00 △ キャベツ 45.00 ○ さやいんげん 5.00 △ 三温糖 1.50 □ みりん風調味料 0.80 こいくちしょうゆ 5.50 水 30.00 はくさい 30.00 △ もやし 20.00 △ こまつな 10.00 △ にんじん 5.00 △ 和え物用花かつお 0.60 ○ 三温糖 0.80 □ こいくちしょうゆ 1.80 | 牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 鶏肉 25.00 ○ 料理酒 0.80 豚肉 30.00 ○ 揚げ油 4.00 □ 鶏肉 1.00 にんじん 15.00 △ だいこん 50.00 △ じゃがいも 30.00 □ れんこん 10.00 △ キャベツ 45.00 ○ さやいんげん 5.00 △ 三温糖 1.50 □ みりん風調味料 0.80 こいくちしょうゆ 5.50 水 30.00 はくさい 30.00 △ もやし 20.00 △ こまつな 10.00 △ にんじん 5.00 △ 和え物用花かつお 0.60 ○ 三温糖 0.80 □ こいくちしょうゆ 1.80 | 牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 鶏肉 25.00 ○ 料理酒 0.80 豚肉 30.00 ○ 揚げ油 4.00 □ 鶏肉 1.00 にんじん 15.00 △ だいこん 50.00 △ じゃがいも 30.00 □ れんこん 10.00 △ キャベツ 45.00 ○ さやいんげん 5.00 △ 三温糖 1.50 □ みりん風調味料 0.80 こいくちしょうゆ 5.50 水 30.00 はくさい 30.00 △ もやし 20.00 △ こまつな 10.00 △ にんじん 5.00 △ 和え物用花かつお 0.60 ○ 三温糖 0.80 □ こいくちしょうゆ 1.80 | 牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 鶏肉 25.00 ○ 料理酒 0.80 豚肉 30.00 ○ 揚げ油 4.00 □ 鶏肉 1.00 にんじん 15.00 △ だいこん 50.00 △ じゃがいも 30.00 □ れんこん 10.00 △ キャベツ 45.00 ○ さやいんげん 5.00 △ 三温糖 1.50 □ みりん風調味料 0.80 こいくちしょうゆ 5.50 水 30.00 はくさい 30.00 △ もやし 20.00 △ こまつな 10.00 △ にんじん 5.00 △ 和え物用花かつお 0.60 ○ 三温糖 0.80 □ こいくちしょうゆ 1.80 | 牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 鶏肉 25.00 ○ 料理酒 0.80 豚肉 30.00 ○ 揚げ油 4.00 □ 鶏肉 1.00 にんじん 15.00 △ だいこん 50.00 △ じゃがいも 30.00 □ れんこん 10.00 △ キャベツ 45.00 ○ さやいんげん 5.00 △ 三温糖 1.50 □ みりん風調味料 0.80 こいくちしょうゆ 5.50 水 30.00 はくさい 30.00 △ もやし 20.00 △ こまつな 10.00 △ にんじん 5.00 △ 和え物用花かつお 0.60 ○ 三温糖 0.80 □ こいくちしょうゆ 1.80 | 牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 鶏肉 25.00 ○ 料理酒 0.80 豚肉 30.00 ○ 揚げ油 4.00 □ 鶏肉 1.00 にんじん 15.00 △ だいこん 50.00 △ じゃがいも 30.00 □ れんこん 10.00 △ キャベツ 45.00 ○ さやいんげん 5.00 △ 三温糖 1.50 □ みりん風調味料 0.80 こいくちしょうゆ 5.50 水 30.00 はくさい 30.00 △ もやし 20.00 △ こまつな 10.00 △ にんじん 5.00 △ 和え物用花かつお 0.60 ○ 三温糖 0.80 □ こいくちしょうゆ 1.80 | 牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 鶏肉 25.00 ○ 料理酒 0.80 豚肉 30.00 ○ 揚げ油 4.00 □ 鶏肉 1.00 にんじん 15.00 △ だいこん 50.00 △ じゃがいも 30.00 □ れんこん 10.00 △ キャベツ 45.00 ○ さやいんげん 5.00 △ 三温糖 1.50 □ みりん風調味料 0.80 こいくちしょうゆ 5.50 水 30.00 はくさい 30.00 △ もやし 20.00 △ こまつな 10.00 △ にんじん 5.00 △ 和え物用花かつお 0.60 ○ 三温糖 0.80 □ こいくちしょうゆ 1.80 | 牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 鶏肉 25.00 ○ 料理酒 0.80 豚肉 30.00 ○ 揚げ油 4.00 □ 鶏肉 1.00 にんじん 15.00 △ だいこん 50.00 △ じゃがいも 30.00 □ れんこん 10.00 △ キャベツ 45.00 ○ さやいんげん 5.00 △ 三温糖 1.50 □ みりん風調味料 0.80 こいくちしょうゆ 5.50 水 30.00 はくさい 30.00 △ もやし 20.00 △ こまつな 10.00 △ にんじん 5.00 △ 和え物用花かつお 0.60 ○ 三温糖 0.80 □ こいくちしょうゆ 1.80 | 牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 鶏肉 25.00 ○ 料理酒 0.80 豚肉 30.00 ○ 揚げ油 4.00 □ 鶏肉 1.00 にんじん 15.00 △ だいこん 50.00 △ じゃがいも 30.00 □ れんこん 10.00 △ キャベツ 45.00 ○ さやいんげん 5.00 △ 三温糖 1.50 □ みりん風調味料 0.80 こいくちしょうゆ 5.50 水 30.00 はくさい 30.00 △ もやし 20.00 △ こまつな 10.00 △ にんじん 5.00 △ 和え物用花かつお 0.60 ○ 三温糖 0.80 □ こいくちしょうゆ 1.80 | 牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 鶏肉 25.00 ○ 料理酒 0.80 豚肉 30.00 ○ 揚げ油 4.00 □ 鶏肉 1.00 にんじん 15.00 △ だいこん 50.00 △ じゃがいも 30.00 □ れんこん 10.00 △ キャベツ 45.00 ○ さやいんげん 5.00 △ 三温糖 1.50 □ みりん風調味料 0.80 こいくちしょうゆ 5.50 水 30.00 はくさい 30.00 △ もやし 20.00 △ こまつな 10.00 △ にんじん 5.00 △ 和え物用花かつお 0.60 ○ 三温糖 0.80 □ こいくちしょうゆ 1.80 | 牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 鶏肉 25.00 ○ 料理酒 0.80 豚肉 30.00 ○ 揚げ油 4.00 □ 鶏肉 1.00 にんじん 15.00 △ だいこん 50.00 △ じゃがいも 30.00 □ れんこん 10.00 △ キャベツ 45.00 ○ さやいんげん 5.00 △ 三温糖 1.50 □ みりん風調味料 0.80 こいくちしょうゆ 5.50 水 30.00 はくさい 30.00 △ もやし 20.00 △ こまつな 10.00 △ にんじん 5.00 △ 和え物用花かつお 0.60 ○ 三温糖 0.80 □ こいくちしょうゆ 1.80 | 牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 鶏肉 25.00 ○ 料理酒 0.80 豚肉 30.00 ○ 揚げ油 4.00 □ 鶏肉 1.00 にんじん 15.00 △ だいこん 50.00 △ じゃがいも 30.00 □ れんこん 10.00 △ キャベツ 45.00 ○ さやいんげん 5.00 △ 三温糖 1.50 □ みりん風調味料 0.80 こいくちしょうゆ 5.50 水 30.00 はくさい 30.00 △ もやし 20.00 △ こまつな 10.00 △ にんじん 5.00 △ 和え物用花かつお 0.60 ○ 三温糖 0.80 □ こいくちしょうゆ 1.80 | 牛乳 206.00 ○ 精白米 80.00 □ 学校給食用強化米 0.24 鶏肉 25.00 ○ 料理酒 0.80 豚肉 30.00 ○ 揚げ油 4.00 □ 鶏肉 1.00 にんじん 15.00 △ だいこん </ |