

# 令和8年 1月 献立表

ちくさ学校給食センター

学校給食

日付	献立名	材料名
13(火)	紫黒米ごはん(90%),具雑煮,牛肉のしぐれ煮,紅白なます,みかん,牛乳	米,紫黒米 / もち,かまぼこ,油あげ,はくさい,里芋,にんじん,小松菜,しいたけ,うすくちしょうゆ,削りぶし / 牛肉,甘酒,れんこん,こんにゃく,ねぎ,しょうが,濃口しょうゆ,砂糖,酒,米油 / 大根,金時人参,ごま,ゆず,米酢,砂糖,食塩 / みかん / 牛乳
14(水)	カレーライス(発酵),根菜サラダ,りんご(ふじ),牛乳	米,牛肉,塩こうじ,じゃがいも,たまねぎ,トマト,にんじん,りんご,米粉,純カレー粉,パプリカパウダー,クローブ(粉),食塩,酒かす,みそ,ケチャップ,ウスターーソース,にんにく,しょうが,米油 / 大根,れんこん,ごぼう,水菜,金時人参,まぐろ油づけ,うすくちしょうゆ,ごま,ノンオイ マヨネーズ / りんご / 牛乳
15(木)	小豆ごはん(80%),けんちんうどん,みそかつ,いか大根,牛乳	米,あずき,食塩 / うどん,あつあげ,にんじん,里芋,はくさい,ごぼう,しいたけ,ねぎ,食塩,うすくちしょうゆ,酒,本みりん,こんぶ / 豚肉ヒレ,食塩,純こしょう,小麦粉,パン粉,米油,みそ,濃口しょうゆ,砂糖,本みりん,しょうが,酒,水 / 大根,するめいか短冊5g,酒,うすくちしょうゆ,砂糖,本みりん,削りぶし,水 / 牛乳
16(金)	ごはん,炊き合せ(じゃがいも),鮭の南蛮漬け(g),ごま和え,牛乳	米 / とり肉,じゃがいも,たまねぎ,こんにゃく,あつあげ,にんじん,ごぼう天,むき枝豆,うすくちしょうゆ,本みりん,砂糖,削りぶし,こんぶ / さけ,片栗粉,米油,たまねぎ,金時人参,ゆず,うすくちしょうゆ,米酢,砂糖,本みりん / きやべつ,大根,水菜,ごま,うすくちしょうゆ,砂糖 / 牛乳
19(月)	黒豆ごはん,みそ汁,おひたし,牛乳	米,黒大豆,食塩 / あつあげ,とうがん,たまねぎ,里芋,にんじん,白ねぎ,豆乳,みそ,煮干し / はくさい,小松菜,うすくちしょうゆ,かつおぶし / 牛乳
20(火)	ごはん,にゅうめん,しいたけと豆腐のハンバーグ,ポテトサラダ(ツナブロコ),牛乳	米 / そうめん,たまご,油あげ,大根,ほうれん草,金時人参,うすくちしょうゆ,削りぶし,こんぶ / 牛肉,ぶた肉,とり肉,とうふ,たまねぎ,しいたけ,片栗粉,あから,塩こうじ,純こしょう,ナツメグ,米油,しいたけ,濃口しょうゆ,とんかつソース,本みりん,酒 / じゃがいも,ブロッコリー,きやべつ,たまねぎ,まぐろ油づけ,ノンオイ マヨネーズ,食塩,純こしょう / 牛乳
21(水)	ごはん,ぶりと根菜の煮物,豆苗と豚肉の中華和え,みかん,牛乳	米 / ぶり2cm角切,うすくちしょうゆ,しょうが,片栗粉,米油,大根,にんじん,こんにゃく,里芋,ごぼう,しめじ,さやいんげん,砂糖,濃口しょうゆ,本みりん,削りぶし / トウミョウ,もやし,きやべつ,ぶた肉,生茎わかめ,米酢,しょうが,にんにく,うすくちしょうゆ,砂糖,ごま油,ごま / みはや / 牛乳
22(木)	牛肉と大豆のそぼろ丼,豆腐スープ,里芋とおからのぼってりサラダ,牛乳	米,大豆,牛肉,ごぼう,金時人参,むき枝豆,しょうが,濃口しょうゆ,砂糖,本みりん,米油 / とうふ,トマト,たまねぎ,にんじん,しいたけ,ねぎ,にんにく,うすくちしょうゆ,塩こうじ,純こしょう,煮干し / 里芋,あから,水菜,ベーコン,たまねぎ,酒かす,水,うすくちしょうゆ,米油,ノンオイ マヨネーズ / 牛乳
23(金)	ごはん,沢煮椀,鯖ケチャップ,大根のそぼろあん,スイートスプリング(みかん),牛乳	米 / とり肉,とうふ,にんじん,たけのこ,ちくわ,えのきたけ,ねぎ,わかめ,うすくちしょうゆ,酒,片栗粉,削りぶし,こんぶ / さば,酒,片栗粉,米油,ケチャップ,酒,砂糖,濃口しょうゆ,本みりん,水,しょうが,ごま / 大根,とり肉,ちんげんさい,濃口しょうゆ,うすくちしょうゆ,砂糖,本みりん,片栗粉,米油 / スイートスプリング / 牛乳
26(月)	ごはん,かす汁,えいの柚香揚げ,ひじきとれんこんのごま酢和え,牛乳	米 / あつあげ,ぶた肉,大根,にんじん,里芋,ねぎ,しいたけ,酒かす,うすくちしょうゆ,みそ,煮干し / あかえい(魚),米油,ゆず,うすくちしょうゆ,砂糖,酒 / ひじき,れんこん,小松菜,米酢,うすくちしょうゆ,砂糖,ごま / 牛乳
27(火)	ごはん,グヤーシュ,パプリカーシュチルケ,チャラマーデ,牛乳	米 / ぶた肉,たまねぎ,じゃがいも,トマト,にんじん,マッシュルーム,バセリ,ケチャップ,ウスターーソース,食塩,純こしょう,パプリカパウダー,ワイン(赤),ローリエ(葉),米油 / とり肉,トマトピューレ,豆乳,たまねぎ,にんにく,ケチャップ,パプリカパウダー,食塩,純こしょう,砂糖,オリーブ油 / きやべつ,水菜,金時人参,バジル,ワインビネガー,米油,食塩,純こしょう,粒マスタード,砂糖 / 牛乳
28(水)	レチョナ,アヒアコ(じゃがいも)チキンのスープ),魚のフライ,ミニトマト,パイナップル,牛乳	米,ベーコン,まめ,まぐろ油づけ,食塩,クミン(粉),パプリカパウダー,純こしょう / とり肉,じゃがいも,たまねぎ,にんじん,白ねぎ,コーンクリーム,にんにく,食塩,オレガノ,純こしょう,コリアンダー(粉),鶏ガラ,オリーブ油 / しいら40g切身,食塩,純こしょう,小麦粉,パン粉,米油 / ミディトマト / パイナップル / 牛乳
29(木)	ロコモコ,チャウダー,ネーブルオレンジ,牛乳	米,牛肉,ぶた肉,たまねぎ,あから,片栗粉,食塩,純こしょう,ナツメグ,米油,デミグラスソース,とんかつソース,砂糖,トマトピューレ,濃口しょうゆ,水,きやべつ,小松菜,食塩 / ベーコン,まぐろ油づけ,たまねぎ,じゃがいも,にんじん,バセリ,小麦粉,豆乳,食塩,純こしょう,米油,豚ガラ / ネーブルオレンジ / 牛乳
30(金)	ナン,キーマカレー(統一),タンドリーチキン(豆乳),カチュンバル(サラダ),牛乳	ナン,ナン / 大豆,ぶた肉,たまねぎ,じゃがいも,にんじん,小松菜,マッシュルーム,しょうが,にんにく,ワイン(赤),食塩,ケチャップ,ウスターーソース,純カレー粉,ナツメグ,米油 / とり肉もも,鶏肉胸,豆乳,りんご酢,カレー粉(ハウス),パプリカパウダー,食塩,うすくちしょうゆ,砂糖,ケチャップ,にんにく,しょうが / きやべつ,大根,赤パプリカ,レモン,砂糖,食塩,純こしょう,クミン(粉),オリーブ油 / 牛乳