

1月の予定献立表(Bブロック)

令和7(2025)年度

日曜	のみもの	給食回数	給食目標					こんだてメモ	
			献立に関心をもって食べよう						
			こんだて		ざいりょうのはたらき				
			ちからやねつになるもと(き)		ちやにくになるもと(あか)		からだのちょうしをととのえるもと(みどり)		
8木	ぎゅう	ごはん さつまいものかきあげ たづくり しらたまもちのぞうに	ごめ さつまいも こむぎこ でんぶん あぶら ごま さとう しらたまもち		ぎゅうにゅう いか にぼし とりにく あぶらあげ		たまねぎ にんじん はくさい だいこん こまつな		
9金	ぎゅう	✿みそラーメン なまあげとこんにゃくのいたために さつまいもむしパン	ちゅうかめん あぶら ごまあぶら さとう ホットケーキミックス さつまいも		ぎゅうにゅう ぶたにく みそ なまあげ たまご		にんにく しょうが にんじん たまねぎ キャベツ もやし ねぎ にら とうもろこし こんにゃく		
13火	ぎゅう	うめわかめごはん とりにくのからあげ ひじきのもの やさいたっぷりとんじる	ごめ でんぶん あぶら さとう じゃがいも		わかめ ぎゅうにゅう とりにく ひじき だいす あぶらあげ ぶたにく みそ		うめ しょうが にんにく にんじん れんこん さやいんげん だいこん ごぼう えのきだけ こんにゃく ねぎ こまつな		
14水	ぎゅう	ごはん さばのねぎみそやき ごぼうのいためもの あられじる	ごめ さとう ごまあぶら あぶら じゃがいも		ぎゅうにゅう さば みそ ぶたにく あぶらあげ		ねぎ しょうが にんじん こんにゃく ごぼう だいこん こねぎ		
15木	ぎゅう	こめこのベジタブルドライカレー はくさいとウインナーのスープ	ベジぱく		ごめ あぶら さとう こめこ		たまねぎ キャベツ にんじん ごぼう パプリカ セロリー にんにく しょうが トマト はくさい ほうれんそう		
16金	ぎゅう	✿てづくりメロンパン とうにゅうクリームシチュー ツナとほうれんそうのソテー	まるパン ホットケーキミックス さとう じゃがいも あぶら こむぎこ バター		たまご ぎゅうにゅう とりにく とうにゅう なまクリーム チーズ ツナ		たまねぎ マッシュルーム ほうれんそう にんじん もやし		
19月	ぎゅう	ごはん ちくわのニコニコあげ(2c) ブロッコリーとコーンのサラダ もやしとあぶらあげのみそしる	ごめ こむぎこ パンこ あぶら さとう わふうドレッシング		ぎゅうにゅう ちくわ あぶらあげ みそ		ブロッコリー キャベツ にんじん きゅうり とうもろこし もやし はくさい こまつな ねぎ		
20火	ぎゅう	✿マーボーどん✿ もやしのいためもの ✿フルーツポンチ	ごめ さとう でんぶん あぶら ごまあぶら りんごゼリー ぶどうゼリー サイダー		ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく だいす みそ		にんじん たまねぎ ねぎ ピーマン にんにく しょうが もやし にら とうもろこし もも		
21水	ぎゅう	ごはん さけのカップやき にんじんしりしり とんじる	ごめ バター マヨネーズ こま あぶら さとう じゃがいも		ぎゅうにゅう さけ チーズ とりにく かつおぶし ぶたにく とうふ みそ		にんにく たまねぎ えのきたけ しめじ バセリ にんじん だいこん ごぼう ねぎ こんにゃく		
22木	ヨーグルト	✿ナン ✿バーチキンカレー カラフルソテー	ナン バター さとう あぶら こむぎこ じゃがいも		ヨーグルト とりにく チーズ ぎゅうにゅう		たまねぎ にんじん にんにく トマト ブロッコリー とうもろこし		
23金	ぎゅう	しめじのごもくたきごはん わふうどうふハンバーグ かぼちゃのにもの こづゆ※	ごめ あぶら さとう パンこ でんぶん ふ さといも		ぶたにく ぎゅうにゅう とうふ ほたて		にんじん しめじ ごぼう たまねぎ かぼちゃ だいこん しいたけ ねぎ さやいんげん		
26月	ぎゅう	たちかわやさいのあんかけごはん トックいりわかめスープ デコポン	ごめ あぶら さとう でんぶん ごまあぶら トック		ぎゅうにゅう えび いか うずらたまご ぶたにく わかめ とりにく		にんじん たまねぎ はくさい こまつな ねぎ しょうが デコポン		
27火	ぎゅう	あしたばパン チキンとブロッコリーのグラタン うどりいやさいサラダ	あしたばパン マカロニ あぶら こむぎこ バター パンこ じゃがいも たまねぎドレッシング		ぎゅうにゅう とりにく チーズ		たまねぎ ブロッコリー うど だいこん にんじん とうもろこし えだまめ		
28水	ぎゅう	ごはん てづくりひじきふりかけ まめあじのなんばんづけ ぶたにくとだいこんのもの	ごめ ごま さとう でんぶん あぶら		ぎゅうにゅう ひじき ちりめんじゃこ かつおぶし あじ ぶたにく		ねぎ にんじん しょうが だいこん さやえんどう		
29木	ぎゅう	かわりミートソースのスパゲッティ キャベツとさつまいものサラダ とうふドーナツ	スパゲッティ あぶら ごめこ さとう さつまいも コーンクリーミードレッシング ホットケーキミックス こむぎこ		ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ とうふ		たまねぎ にんじん ねぎ だいこん しいたけ にんにく しょうが トマト キャベツ ブロッコリー		
30金	ぎゅう	うどりいたまごどん はくさいとあぶらあげのみそしる みかんゼリー	ごめ でんぶん さとう さといも みかんゼリー		ぎゅうにゅう とりにく かまぼこ たまご あぶらあげ みそ		たまねぎ うど にんじん こねぎ はくさい ねぎ		

*都合により献立が変更になることもあります。

*学校給食では、様々な食品を使用します。

今まで食べたことがない食品がある場合には、ご注意ください。

*立川市学校給食における食物アレルギー対応方針は
ホームページからご覧になれます。
右の二次元バーコードからアクセスしてください。



立川市学校給食における
食物アレルギー対応方針

各学校の6年生のリクエストを
マークで示しています。
来月もお楽しみに♪



今月のリクエスト給食

- ✿みそラーメン…若葉台小
- ✿手作りメロンパン…柏小
- ✿マーボー丼…松中小
- ✿フルーツポンチ…幸小
- ✿ナンとバーチキンカレー…第九小

~白衣について~
お子様が給食当番を担当した場合、
週末に給食当番の白衣一式を持ち帰ります。
洗濯をして、翌週持たせてください。
香りに敏感なお子様もいらっしゃるので、洗濯の際は、洗剤や柔軟剤に
ご配慮いただけますようお願いいたします。
アイロン掛けは必須ではありません。
ほこりび等ございましたら、簡単な繕いをしていただけると幸いです。



今月の立川産

こまつな
にんじん
うど
キャベツ
だいこん
ねぎ

