



## 令和8年1月 給食献立表



大田区立田園調布小学校

日	曜	主食・主菜	副菜・デザート	牛乳	(赤の食品) 血や肉になる	(黄の食品) 熱や力になる	(緑の食品) 体の調子を整える	ひとこと
9	金	チキンカレーライス	チーズ入りサラダ	○	とりにく チーズ 牛乳	米 麦油 さとう じゃが芋 米粉	しょうが にんにく セロリ たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり コーン	13日の福袋うどんは、もちを入れた油揚げを甘辛く煮込み、うどんにのせたものです。もちが入った油揚げを「福袋」にみたてて「今年一年、よいことがたくさんありますように」という願いを込めました。
13	火	福袋うどん かがみびらき	だいこんサラダ くだもの	○	ぶたにく 牛乳	油 さとう うどん もち	たまねぎ にんじん こまつな 長ねぎ コーン 大根 きゅうり くだもの	
14	水	コーンマヨトースト チリコンカン	ツナ入りサラダ	○	チーズ ベーコン ぶたにく きんとき豆 大豆 ツナ缶 牛乳	食パン 油 マヨネーズ じゃが芋 米粉 さとう	たまねぎ コーン しょうが にんにく セロリ マッシュルーム にんじん トマト缶 ピーマン キャベツ きゅうり レモン	
15	木	ちゅうか丼	はるさめスープ くだもの	○	ぶたにく イカ ベーコン 牛乳	米 麦油 かたくり粉 はるさめ	にんにく しょうが しいたけ にんじん たまねぎ はくさい チンゲン菜 くだもの	
16	金	わかめごはん 魚のパン粉焼き	さつま汁 五目きんぴら	○	わかめ とりにく あぶらあげ 牛乳	米 麦油 こんにゃく さつま芋 生パン粉 かんそうパン粉 さとう ごま	にんじん ごぼう 大根 長ねぎ にんにく れんこん	
19	月	つくね丼	豆とん汁 もやしのサラダ	○	とりにく のり ぶたにく 牛乳	米 麦 生パン粉 さとう かたくり粉 油 じゃが芋 こんにゃく	しょうが たまねぎ れんこん しいたけ にんじん 大根 ごぼう 長ねぎ もやし きゅうり にんにく	
20	火	ビビンバ かんこの料理	トックスープ	○	ぶたにく とりにく 牛乳	米 麦油 さとう ごま もち	しょうが にんにく 長ねぎ たけのこ しいたけ こまつな にんじん もやし 大根	
21	水	セサミトースト たらのクリームシチュー	じゃことだいこんのサラダ くだもの	○	いんげん豆 とうにゅう 生クリーム タラ わかめ ちりめんじゃこ 牛乳	食パン バター さとう ごま 油 じゃが芋 米粉	にんじん たまねぎ マッシュルーム バセリ 大根 きゅうり くだもの	
22	木	やきにくチャーハン	ちゅうか風たまごスープ きなこ豆	○	ぶたにく たまご とりにく 大豆 きな粉 牛乳	米 麦油 かたくり粉 はるさめ 粉さとう	にんにく にんじん たけのこ 長ねぎ たまねぎ クリームコーン チングン菜	
23	金	ごはん 魚の西京焼き	じゃが芋ととり肉の煮物 はるさめサラダ	○	ニシン とりにく こんぶ 牛乳	米 麦 さとう 油 じゃが芋 はるさめ	しょうが しいたけ にんじん たまねぎ さやいんげん もやし きゅうり キャベツ 長ねぎ	
26	月	スパゲッティ ボロネーソース イタリアの料理	カントリーサラダ くだもの	○	レンズ豆 ぶたにく ペーパー カントリー サラダ 牛乳	スパゲッティ 油 さとう 米粉 じゃが芋	しょうが にんにく セロリ にんじん たまねぎ マッシュルーム トマト缶 キャベツ きゅうり ブロッコリー コーン レモン くだもの	山形県の小学校で貧しい家庭の子どもたちを対象に行われたのが始まりといわれています。その後、戦争で中断しましたが、昭和21年12月24日に再開されました。この日を記念し、記念日が設けられましたが、この日は、冬休みに入ってしまうため、ひと月遅の1月24日から30日を「全国学校給食週間」としました。
27	火	ごはん サケの塩焼き	すいとん汁 ごまますあえ	○	サケ とりにく あぶらあげ かつお節 牛乳	米 麦 小麦粉 白玉粉 ごま 油 さとう	大根 にんじん しめじ 長ねぎ こまつな もやし にんにく	△くだものは、りんご、みかんなど季節のものを使います。
28	水	ココアあげパン ボルシチ	シーザーサラダ	○	ぶたにく チーズ 牛乳	コッペパン 油 さとう じゃが芋 マカロニ マヨネーズ	しょうが にんにく セロリ にんじん たまねぎ キャベツ ピーマン かぶ きゅうり コーン	△材料の都合で献立を変更することがあります。
29	木	すきやき丼	じゃが芋のみそ汁 くだもの	○	ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ わかめ 牛乳	米 麦油 こんにゃく さとう じゃが芋	しょうが にんじん たまねぎ ごぼう しいたけ 長ねぎ くだもの	△給食の回数 15回
30	金	ごはん クジラのたつたあげ	じゃっぱ汁 レモンあえ	ジヨア	クジラ とうふ タラ みそ かつお節 のむヨーグルト	米 麦 かたくり粉 油 さとう	しょうが にんにく 大根 にんじん はくさい 長ねぎ キャベツ きゅうり レモン	△今月の平均栄養価 エネルギー 598キロカロリー たんぱく質 24.3g カルシウム 363mg 食塩相当量 2.1g
2/2 (月)		たいめし	たいのあら汁 じゃがいものうま煮 りんごゼリー	○	ダイ とうふ みそ かいそう 牛乳	米 さとう じゃが芋 長ねぎ はくさい たまねぎ さやいんげん りんごジュース	2月の献立は、2月2日に配信します。	