

令和7年度 1月

献立表

中学校用

熊取町教育委員会

日・曜	9日(金)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	19日(月)	20日(火)	21日(水)
献立名	お正月献立 ごはん 白玉雑煮 熊取コロッケ わかめの佃煮 飲むヨーグルト(アンドミルク)	新メニュー 減塩コッペパン クリームシチュー ブロッコリーのソテー 牛乳	ごはん あんかけうどん 豚肉とこんにゃくの味噌炒め 飲むヨーグルト(コアコア)	コッペパン かぶとベーコンのスープ ミートソースのペンネ 牛乳	新メニュー ごはん チゲ風味噌汁 タラ竜田揚げ 牛乳	新メニュー・カミカミ献立 ごはん 豚汁 れんこんのきんぴら 高野豆腐のそぼろ 牛乳	とんかつバーガー <sup>*</sup> コーンスープ 牛乳	ごはん 味噌ラーメン 鶏団子の中華煮 ふりかけ(味かつお) 飲むヨーグルト(コアコア)
材料名および三色栄養	精白米 豚肉 豆腐 白玉団子 大根 金時人参 青ねぎ 赤味噌 白みそ けずりぶし だし汁 熊取コロッケ 揚げ油 わかめの佃煮 飲むヨーグルト(アンドミルク)	精白米 鶏肉 酒 じゃが芋 玉ねぎ 人参 パセリ 小麦粉 バター サラダ油 牛乳 粉チーズ 塩 胡椒 鶏がら スープ フランクフルト ホールコーン ブロッコリー サラダ油 塩 胡椒 牛乳	精白米 うどん 鶏肉 かまぼこ 油揚げ 人参 えのき茸 青ねぎ 片栗粉 胡椒 うす口醤油 塩 ローレル 鶏がら スープ だし汁 昆布 だし汁 牛乳	コッペパン ベーコン かぶ 白菜 人参 小松菜 えのき茸 塩 胡椒 うす口醤油 鶏がら スープ マカロニ 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 にんにく 人参 タラ竜田揚げ 揚げ油 牛乳	精白米 豚肉 白菜 玉ねぎ 人参 小松菜 えのき茸 キムチ にんにく 土生姜 サラダ油 コチュジャン いい口醤油 赤味噌 けずりぶし だし汁 豚肉 こんにゃく 人参 にんにく 人参 タラ竜田揚げ 揚げ油 牛乳	精白米 豚肉 さつま芋 玉ねぎ 人参 もやし ごぼう 青ねぎ 赤味噌 白みそ けずりぶし だし汁 鶏肉 つきこんにやく れんこん 人参 サラダ油 砂糖 いい口醤油 ツナ 刻み高野豆腐 土生姜 砂糖 いい口醤油 みりん 酒 けずりぶし だし汁 牛乳	渦巻きカットパン 鶏肉 中華麺 豚肉 白菜 玉ねぎ 人参 ホールコーン 人参 うす口醤油 塩 胡椒 鶏がら スープ とんかつ 揚げ油 キャベツ サラダ油 塩 胡椒 リンドウ 牛乳	精白米 中華麺 豚肉 白菜 もやし 人参 青ねぎ こい口醤油 赤味噌 ごま油 塩 胡椒 鶏がら 豚骨 スープ 鶏団子 チンゲンサイ 玉ねぎ 人参 生しいたけ うす口醤油 胡椒 片栗粉 鶏がら 豚骨 スープ ぶりかけ(味かつお) 飲むヨーグルト(コアコア)
	エネルギー/たんぱく質/脂質 699kcal 21.9g 6.1g	エネルギー/たんぱく質/脂質 771kcal 30.5g 30.2g	エネルギー/たんぱく質/脂質 659kcal 27.6g 11.5g	エネルギー/たんぱく質/脂質 554kcal 23.4g 18.7g	エネルギー/たんぱく質/脂質 639kcal 27.6g 16.8g	エネルギー/たんぱく質/脂質 683kcal 27.2g 14.5g	エネルギー/たんぱく質/脂質 742kcal 27.8g 32.1g	エネルギー/たんぱく質/脂質 650kcal 24.7g 11.7g

赤:赤色の食品…体をつくるもとになるもの

黄:黄色の食品…熱や力になるもの

緑:緑色の食品…体の調子をととのえるもの

★都合により、献立が一部変更になる場合があります。

★カミカミ献立は、嗜み応えのある食材を使用しています。よく噛んで食べましょう。

★給食のエネルギー量は文部科学省「日本食品 標準 成分表 八訂」に基づいて算出しています。

★給食週間期間中のお米は、熊取産(ヒノヒカリ・にこまる)を使用しています。

★今月は初めての減塩コッペパンを提供しています。

★熊取町では1/26~1/30を学校給食週間にしています。



あけまして  
おめでとう  
ございます



令和7年度 1月

## 献立表

中学校用

熊取町教育委員会

日・曜	22日(木)	23日(金)	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)
献立名	新メニュー ほんのり甘いパン ミネストラスープ ポテトソテー 牛乳	図書給食 ごはん 玉ねぎのすまし汁 鯖のピリ辛煮 牛乳	給食週間(26~30日) ビーフカレーライス ひじきのサラダ 飲むヨーグルト(アシドミルク)	揚げパン 野菜スープ ミートボールのケチャップ煮 牛乳	焼肉丼 豆腐入り中華スープ 豆乳いちご大福 牛乳	新メニュー メロンパン 豆乳コーンスープ サーモンフライ 牛乳	梅ごはん おでん ナムル 牛乳
材料名および三色栄養	ほんのり甘いパン ミニウインナー 玉ねぎ キャベツ 人参 ほうれん草 セロリ トマトピューレ ケチャップ 砂糖 うす口醤油 塩 けずりぶし だし汁 胡椒 ローレル 鶏がら スープ ペーコン じゃが芋 パセリ サラダ油 塩 胡椒 牛乳	精白米 鶏肉 豆腐 油揚げ 玉ねぎ 人参 えのき茸 青ねぎ うす口醤油 塩 けずりぶし だし汁 鯖 土生姜 赤味噌 砂糖 こい口醤油 酒 ごま油 豆板醤 水 牛乳	精白米 牛肉 じゃが芋 玉ねぎ ソテードオニオン 人参 サラダ油 豆乳 カレールウ うす口醤油 塩 胡椒 カレー粉 胡椒 スープ 大豆 チキンフレーク ひじき 人参 キャベツ ごまだれッシング 飲むヨーグルト(アシドミルク)	コッペパン(揚げパン用) 菜種油 グラニュー糖 鶏肉 白菜 人参 青ねぎ 玉ねぎ 人参 サラダ油 豆乳 カレールウ うす口醤油 塩 胡椒 鶏がら スープ ミートボール 玉ねぎ 緑豆もやし 人参 ニラ にんにく サラダ油 塩 胡椒 砂糖 ケチャップ ウスターソース 水 牛乳	精白米 鶏肉 豆腐 白菜 人参 青ねぎ 玉ねぎ 人参 ホールコーン サラダ油 塩 スイートコーンペースト 豆乳 片栗粉 塩 胡椒 片栗粉 塩 胡椒 鶏がら スープ 豚肉 玉ねぎ 緑豆もやし 人参 ニラ にんにく サラダ油 塩 胡椒 砂糖 こい口醤油 豆板醤 牛乳 みりん コチュジャン 煎り胡麻 ごま油 いちごクリーム大福 牛乳	メロンパン うずら卵 ミニがんも 棒天 じやが芋 こんにゃく 大根 人参 砂糖 こい口醤油 けずりぶし だし汁 焼き豚 緑豆もやし 人参 ニラ 煎り胡麻 サラダ油 ごま油 砂糖 こい口醤油 豆板醤 牛乳 みりん コチュジャン 煎り胡麻 ごま油 いちごクリーム大福 牛乳	精白米 梅ごはんの素 うずら卵 ミニがんも 棒天 じやが芋 こんにゃく 大根 人参 砂糖 こい口醤油 けずりぶし だし汁 焼き豚 緑豆もやし 人参 ニラ 煎り胡麻 サラダ油 ごま油 砂糖 こい口醤油 豆板醤 牛乳
	エネルギー/たんぱく質/脂質 708kcal 25.7g 23.8g	エネルギー/たんぱく質/脂質 712kcal 30.0g 25.2g	エネルギー/たんぱく質/脂質 798kcal 24.0g 19.1g	エネルギー/たんぱく質/脂質 719kcal 27.5g 27.6g	エネルギー/たんぱく質/脂質 741kcal 29.0g 22.3g	エネルギー/たんぱく質/脂質 630kcal 26.2g 27.5g	エネルギー/たんぱく質/脂質 702kcal 27.8g 20.0g

赤:赤色の食品…体をつくるもの

黄:黄色の食品…熱や力になるもの

緑:緑色の食品…体の調子をととのえるもの

	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)
基準栄養量	830	34.2	23.1
今月の栄養基準量	694	26.7	20.5



お  
願  
い  
い  
ま  
す



〈今月の図書給食〉  
23日(金) 玉ねぎのすまし汁  
『保健室経由、かねやま本館』 松素めぐり/著  
おとないちあき/イラスト 講談社

ずっとクラスの人気者として生きてきた中学生の佐藤えみ(通称サーマ)。転校して夢の東京生活が始まり、東京でもうまくやっていけると信じてたけど…友人関係で悩んでいたサーマは、不気味な白衣のオバさんに導かれ、保健室の地下にある中学生専門の湯治場「かねやま本館」にたどり着く。そこでサーマは様々な悩みを持つ他の子ども達と出会い、ツヤツヤ、ホカホカの塩むすびと昆布だしのやさしい甘味のすまし汁に心も癒され、温かい温泉に浸かる中で自分自身の悩みに向き合っていく。生きていると色々なことがいっぱいある。楽しいこと、嬉しいこと、悲しいこと、嫌なこと、悩むこと。でもいっぱいあるから、明日は何があるのかわからないから、人生って面白いんだよね! だけど、しんどいことが重なってどうにもならない時、美味しいご飯とやさしい出しの香りがするすまし汁に心がほぐされ、癒される。あ～日本人でよかった!