

令和8年 1月分 学校給食献立予定表

藤沢東小学校

献立名				主 な 材 料 名			エネルギー(Kcal) たんぱく質(g) カルシウム(mg)	
日	曜日	主食	おかず	牛乳	熱や力になる(黄)	血や肉をつくる(赤)	体の調子を整える(緑)	
【1月6日】は、1月分給食費引き落とし日です。残高のご確認をお願いします。								
9	金	【七草献立】 七草ごはん	鱈の唐揚げ みそ汁		せいはくまい じゃがいも でんぶん なたねあぶら こめこ さとう	ぎゅうにゅう さわら とりにく あぶらあげ しろみそ あかみそ わかめ	だいこん かぶ たまねぎ にんじん たけのこ セリ ほししいたけ	604 25.8 288
13	火	かがみびら こんだて 【鏡開き献立】 おかめうどん	しらたま 白玉ぜんざい 奈良和え		じこなうどん しらたまだんご さとう しろごま	ぎゅうにゅう とりにく あずき かまぼこ あぶらあげ	だいこん ながねぎ にんじん れんこん ほししいたけ ねしょうが	673 26.6 319
14	水	里芋ごはん	お茶とり天 真汁		せいはくまい さといも こむぎこ なたねあぶら こめこ さとう	ぎゅうにゅう とりにく とうにゅう だいず あぶらあげ しろみそ あかみそ	ほんしめじ にんじん だいこん こまつな ごぼう こんにやく ながねぎ せんちゃ	638 27.2 332
15	木	ちび 麦ごはん	すき焼き風煮 ふりかけ からし 辛子とえ		ごはん さとう なたねあぶら しろごま	ぎゅうにゅう やきどうふ ぶたにく ちりめんじゃこ はなかつお	しらたき こまつな ながねぎ はくさい もやし なましいたけ えのきたけ にんじん	616 28.8 485
16	金		リクエスト給食		せいはくまい じゃがいも ペイリゅうぼく でんぶん なたねあぶら シエルマカロニ パター こむぎこ	ぎゅうにゅう いか とりにく ベーコン	たまねぎ はくさい にんじん マッシュルーム	673 32.2 269
17	土		リクエスト給食		むしちゅうかめん まるパン なたねあぶら ごまあぶら さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく あおさ プレーンヨーグルト カナディアンベーコン	だいこん きゃべつ もやし たまねぎ りんごかん バイナップル おうとうかん にんじん えのきたけ だいこんば ねしょうが	642 24.7 336
20	火		リクエスト給食		ペンネマカロニ しょくパン パター さとう なたねあぶら しろごま	ぎゅうにゅう ぶたにく エダムパウダー	たまねぎ きゃべつ にんじん みずな きゅうり コーン	599 24.4 334
21	水		リクエスト給食		ホットラーメン ホットケーキミックス なたねあぶら こむぎこ ごまあぶら さとう	ぎゅうにゅう フランクフルト やきぶた わかめ	だいこん メンマ コーン ながねぎ だいこんば	633 25.6 282
22	木		リクエスト給食		ごはん じゃがいも こむぎこ パター なたねあぶら しろごま さとう	ミルクコーヒー ぶたにく わかめ ちりめんじゃこ	たまねぎ だいこん にんじん きゅうり ねしょうが にんにく	639 22.5 335
23	金		リクエスト給食		ツイストパン さとう なたねあぶら はるさめ でんぶん	ぎゅうにゅう とうふ とりにく ぶたにく ココア	はくさい ネーブル こまつな にんじん たけのこ ながねぎ ねしょうが きくらげ	579 23.2 323
26	月	ごはん	鱈のゆずみそ煮 おひたし けんちん汁		ごはん さといも さとう なたねあぶら でんぶん	ぎゅうにゅう さば とうふ あかみそ あぶらあげ はつちようみそ	ほうれんそう もやし だいこん ごぼう にんじん こんにやく ながねぎ ねしょうが ゆず	628 27.1 308
27	火	チャーハン	だいこん かいそう 大根と海草のサラダ 鶏ワンタンスープ		せいはくまい さとう わかめかわ ごまあぶら ペイリゅうぼく なたねあぶら	ぎゅうにゅう たまご むきえび ぶたにく やきぶた とりにく わかめ	だいこん コーン もやし きゅうり こまつな ながねぎ にんじん	633 25.7 299
28	水	よくばりうどん	だいごいも 大学芋 白菜の漬物		じこなうどん さつまいも なたねあぶら さとう バター しろごま	ぎゅうにゅう ぶたにく ウィンナー しろみそ あかみそ あぶらあげ わかめ きざみこんが	はくさい きゃべつ にんじん だいこん たまねぎ ゆず	622 21.0 325
29	木	バターライス	メキシカンチキン ジュリエヌスープ		せいはくまい こめこ なたねあぶら パター でんぶん さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン	きゃべつ たまねぎ にんじん にんにく	606 27.5 266
30	金	ビビンバ	はくさい 白菜スープ		ごはん はるさめ なたねあぶら しろごま さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく あかみそ	もやし こまつな はくさい にんじん たけのこ ながねぎ ねしょうが にんにく	613 28.9 330
給食回数		《15回》			平均栄養量		627 25.6 322	

※都合により献立を変更することがあります。

お知らせ

物価高騰における補助金について

リーバーでも配信されておりますが、2学期より入間市から令和5年度の学校給食費改定時点からの主食類に係る上昇分として、1人1食あたり**33円**を補助していただいております。それにより、これまでの1食当たり**282円**に**33円**が追加され、現在は、**315円**で運営しております。今年度中の補助となりますので、1学期よりは、バリエーションが広がった献立作成ができるようになりました。とはいえ、依然として米の価格も高騰したままで、物価の上昇は続いておりますので、引き続きやりくりしながら作成



1月20日～23日は、本校の給食週間です。事前に調査した希望献立を集計し、上位3位までの献立とともに人気のあるメニューを組み合わせ6日間のリクエスト給食を実施します。

毎月、この献立表でアレルギーの確認をされている保護者の方におかれましては、ご不明な点があれば、直接栄養教諭の西山までお問合せいただきますようお願いいたします。なお、ホームページの献立表にはリクエストメニューで使用する食品名の記載がございます。