

1月の予定献立表（前半）

◆1月24日～30日は、全国学校給食週間です

☆今月の目標【好ききらいをしないで残さず食べよう】

令和7年度 佐賀県立伊万里特別支援学校

ひづけ 日付	こんだて めい 献立名	使用する食品名							エネルギー (kcal)
		(あか) おもにからだをつくるものになる		(みどり) おもにからだのちようしをとのえるものになる		(きいろ) おもにエネルギーのもとになる		ちょうみりょうほか 調味料 他	たんぱく質 (g)
		1群	2群	3群	4群	5群	6群		
		さかな にく だいず 魚・肉・大豆・ だいず せいひん 大豆製品	ぎゅうにゅうこぎかな 牛乳・小魚 かいそう ・海藻	りょくおうしょく 緑黄色 やさい 野菜	た やさい その他の野菜 きのこ・果物	こくるい るい 穀類・いも類 さとう ・砂糖	ゆし 油脂		
8 (木)	しぎょう しき きゅうしよく 始業式(給食はありません)								
9 (金)	ひき肉と大豆のカレー ・ 牛乳	ぎゅうにく・ぶたにく・とり にく・だいず	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ・りんごピューレ にんにく・グリーンピース・(セロリ)	こめ・むぎ・じゃがいも	油	カレールウ・赤ワイン・ケチャップ・醬 油・コンソメ・(鶏骨・ローリエ)	779
	かいそう 海藻サラダ		かんてん・くきわかめ・こ んぶ・しろきりんさい・わ かめ・あかつのまた・あお つのまた	にんじん	キャベツ・もやし・とうもろこし だいこん			青じそドレッシング	26.4
	くだもの(うさぎりんご)				りんご				
12 (月)	せいじん ひ 成人の日								
13 (火)	そばろ丼 ・ 牛乳	たまご・とりにく	ぎゅうにゅう	さやいんげん	しょうが	こめ・むぎ・さとう	油	だし汁・醬油・酒・みりん	730
	ごまあえ			ほうれんそう・にんじん	もやし・キャベツ	さとう	ごま・ねりごま	醬油	
	かぼちゃのみそ汁	あぶらあげ・みそ・(かつ おぶし)	(にぼし・こんぶ)	かぼちゃ・こねぎ にんじん	たまねぎ				32.6
14 (水)	コーンマヨトースト	まぐろあぶらづけ	チーズ	パセリ	とうもろこし・たまねぎ	しよくパン・さとう	マヨネーズ	コショウ	716
	ぎゅうにゅう 牛乳&ミルメーク(ココア)		ぎゅうにゅう			さとう		ココア・塩・炭酸Ca他	
	ハムのマリネ	ハム		赤ピーマン	たまねぎ・きゅうり・黄ピーマン	さとう		酒・醬油・酢	28.8
	クラムチャウダー	ベーコン・あさり	ぎゅうにゅう・こなチーズ・ スキムミルク	パセリ・にんじん	たまねぎ・(セロリ)	じゃがいも・こむぎこ・で んぶん・さとう	油	白ワイン・コンソメ・塩・コショウ・他 (鶏骨・ローリエ)	
15 (木)	★【お正月の行事食】		ぎゅうにゅう			こめ・むぎ			770
	むぎ 麦ごはん ・ 牛乳								
	て や ぶりの照り焼き	ぶり				さとう		しょうゆ・みりん・酒	
	こうはく 紅白なます		かつおぶし	にんじん	だいこん	さとう		しょうゆ・酢	
	ぞうに 雑煮	とりにく・かまぼこ ちくわ(かつおぶし)	(にぼし・こんぶ)	にんじん・かつおな	はくさい・ほししいたけ	しらたまもち		しょうゆ・塩	33.8
16 (金)	くろまめ 黒豆	くろまめ				さとう			
	むぎ 麦ごはん ・ 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ・むぎ			771
	はるま しゆ 春巻き(2種)	ぶたにく・ハム	チーズ	こねぎ	たけのこ・たまねぎ・ほししいたけ・ しょうが・きくらげ	はるまきのかわ(こむぎ こ)・でんぶん・はるさめ	油	醬油・オイスターソース・塩・コショ ウ	
	きりぼしだいこん 切干大根のナムル				きりぼしだいこん・もやし・きゅうり	さとう		ナムルドレッシング・醬油・だし 汁	28.5
19 (月)	キムチスープ	とうふ・あさり		にら	キムチ・キャベツ・しめじ		ごま	醬油・酒・塩・(鶏骨・豚骨)	
	むぎ 麦ごはん ・ 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ・むぎ			735
	に みそ煮	ぶたにく・あつあげ こめみそ・むぎみそ		にんじん・さやいんげん	だいこん・こんにやく	さといも・さとう	油	醬油・酒・だし汁	
	ちくわの磯辺揚げ	ちくわ	あおのり			てんぷらこ	油		28.8
20 (火)	きのこ麩のすまし汁	(かつおぶし)	(にぼし・こんぶ)	かいわれだいこん	えのきたけ・しめじ	ふ		醬油・塩・だし汁	
	むぎ 麦ごはん ・ 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ・むぎ			720
	ミートローフ	ぎゅうにく・ぶたにく・とり にく・とうふ・おから・たま ご	チーズ・ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ・グリーンピース	ばんこ・さとう	バター	ケチャップ・醬油・ソース・赤ワイ ン・塩・ナツメグ・コショウ・パプリカ	
	ブロッコリーのサラダ			ブロッコリー・赤ピーマン	キャベツ・もやし			野菜いっぱい和風ドレッシン グ	29.8
21 (水)	はくさい 白菜のスープ	ベーコン		パセリ	はくさい・たまねぎ・ほししいたけ・ (セロリ)			醬油・コンソメ・塩・コショウ・(鶏 骨・ローリエ)	
	ホットドッグ ・ 牛乳	ウインナー	チーズ・ぎゅうにゅう	ピーマン	キャベツ	コッペパン	マーガリン・ オリーブ油	ケチャップ・からし・塩・コショウ	737
	こんさい 根菜のカレースープ	とりにく		にんじん・さやいんげん	ごぼう・れんこん・たまねぎ・しめじ・ しょうが・にんにく・(セロリ)	さといも・さとう	油	カレールー・ケチャップ・ソース・醬 油・カレー粉・塩・(鶏骨・ローリ エ)	
	くだもの(柑橘類)				いよかんorポンカン				28.6

1月の予定献立表（後半）

◎1月20日～24日は 第3回給食指導強化週間 テーマ『感謝の心』

☆今月の目標【 好ききらいをしないで残さず食べよう 】

令和7年度 佐賀県立伊万里特別支援学校

ひづけ 日付	こんだて めい 献立名	使用する食品名						しょうみりょうほか 調味料 他	エネルギー (kcal)	
		(あか) おもにからだをつくるもとになる		(みどり) おもにからだのちようしをととのえるもとになる		(きいろ) おもにエネルギーのもとになる				
		1群	2群	3群	4群	5群	6群			
		さかな にく だいず 魚・肉・大豆・ だいずせいひん 大豆製品	ぎゅうにゅう ぎさかな 牛乳・小魚 かいそう ・海藻	りよくおうしよく 緑黄色 やさい 野菜	た やさい その他の野菜 くだもの ・きのこ・果物	こくろい ろい 穀類・いも類 さとう ・砂糖	ゆし 油脂			
22 (木)	むぎ 麦ごはん・ ぎゅうにゅう 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ・むぎ			729	
	あじのおろしポン酢かけ	あじ		あおじそ	だいこん・レモン・しょうが・にんにく	こむぎこ	オリーブ油	醤油・みりん・白ワイン・塩・コショウ・唐辛子		
	おからの炒り煮	おから・さつまあげ		にんじん・こねぎ	たまねぎ・ほししいたけ	さとう	油	だし汁・醤油・みりん		
	みそ汁	あぶらあげ・みそ・(かつおぶし)	わかめ・(こんぶ・にぼし)	にんじん	たまねぎ・えのきたけ	さつまいも				
23 (金)	おやこ 親子うどん	たまご・とり・く・かまぼこ・(かつおぶし)	((にぼし・こんぶ)	はねぎ	たまねぎ・ほししいたけ	うどんめん(こむぎこ)・でんぶん		醤油・みりん・塩	723	
	ぎゅうにゅう 牛乳		ぎゅうにゅう							
	ツナとほうれん草のサラダ	まぐろあぶらづけ		ほうれんそう・にんじん	キャベツ・きゅうり			青じそクリーム・レッシング		
	ナッツごぼう				ごぼう	さとう・こむぎこ	油・アーモンド・カシューナッツ	しょうゆ・みりん		
26 (月)	★【全国学校給食週間… 日本初の給食再現〈明治22年 山形県忠愛小学校で『おにぎり、焼き鮭、菜の漬物』を出したのがはじまりです〉】								688	
	★おにぎり		(こんぶ)			こめ		酒・塩		
	ぎゅうにゅう 牛乳		ぎゅうにゅう							
	★さけ しおや 鮭の塩焼き	さけ						酒・塩		
	★な つけもの はくさい しおこんぶ 菜の漬物(白菜の塩昆布あえ)	かつおぶし	しおこんぶ	にんじん	はくさい			醤油		
	◆つんぎーだご汁(佐賀県の郷土料理)	とり・く・(かつおぶし)	((にぼし・こんぶ)	にんじん・こねぎ	だいこん・ごぼう・ほししいたけ	こむぎこ・しらたまこ さといも		醤油・酒・塩		
くだもの(みかん)										
27 (火)	●【全国学校給食週間 … 佐賀市のご当地料理 】								825	
	●シシリアンライス	ぎゅうにく		トマト	しょうが・にんにく・たまねぎ えだまめ・レタス・黄ピーマン	こめ・むぎ・さとう	マヨネーズ	醤油・みりん・酒		
	ぎゅうにゅう 牛乳		ぎゅうにゅう							
	あおな 青菜とのりのサラダ	たら・ほき	のり	こまつな	えのきたけ・キャベツ	さとう・でんぶん	油・ごま	塩・酢・醤油 他		
たまごスープ										27.9
28 (水)	◆【全国学校給食週間 … 佐賀県の郷土料理 】								720	
	むぎ 麦ごはん・ ぎゅうにゅう 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ・むぎ				
	ぶたにく 豚肉のしょうが炒め	ぶたにく			たまねぎ・しょうが	でんぶん・さとう		醤油・酒		
	◆かけあえ	いか・みそ		にんじん	だいこん・きゅうり・たまねぎ	さとう	ごま	酢		
◆のっぺい汁										32.0
29 (木)	【全国学校給食週間 … ■伊万里・□有田の郷土料理 】								768	
	■トントン安幕のさば混ぜご飯	さば・さつまあげ	(こんぶ)	にんじん・さやいんげん	ごぼう・ほししいたけ	こめ・さとう	油	塩・醤油・酒・だし汁		
	ぎゅうにゅう 牛乳		ぎゅうにゅう							
	あつやき 厚焼たまご・ ゆで野菜	たまご・(かつおぶし)		かいわれだいこん	キャベツ	さとう・ばくがとう	マヨネーズ	塩・他		
	■煮ごみ	とり・く・ちくわ・あずき	((にぼし・こんぶ)	にんじん	れんこん・ごぼう・こんにやく	さといも・くり・さとう		醤油・だし汁・塩		
□ゆきのつゆ										30.3
30 (金)	【全国学校給食週間 … 主菜のセレクト給食 】								A: 768 B: 750	
	むぎ 麦ごはん・ ぎゅうにゅう 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ・むぎ				
	A: とりく 鶏肉の唐揚げ	とり・く			しょうが・にんにく	こむぎこ・でんぶん	油・マヨネーズ	酒・塩・コショウ		
	B: えびフリッター	えび				こむぎこ・でんぶん・お おむぎこ・さとう	油	塩・ペーキングパウダー・他		
	ひじきサラダ	たら・ほき	ひじき	にんじん	えだまめ・キャベツ	さとう・でんぶん	油・ごま・マヨネーズ	酒・醤油・だし汁・塩・他		
	かぶとひよこ豆のスープ	ウインナー・ひよこめ		パセリ・(にんじん)	かぶ・たまねぎ・(セロリ)			塩・コショウ・コンソメ・醤油・(鶏骨・ローリエ)		
※献立は都合により変更される場合がありますのでご了承下さい。 ※食物アレルギー等で加工食品の成分表や原材料のg数などの詳しい資料が必要な方は、学校へお申し出下さい。								平 均 (本校平均基準値)	744 (730) 30.0 (29.2)	