



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



令和2年度 佐賀県立伊万里特別支援学校

☆今月の目標【 感謝して食べよう 】

ひげ 日付	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		
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
8 (金)		始業式（給食はありません）						
11 (月)		成人の日・鏡開き						
12 (火)	★【鏡開き(1月11日)献立】 親子丼 牛乳 七福なます すまし汁 ★ちよこっとぜんざい	たまご・とり・かまぼこ ぎゅうにゅう あぶらあげ (かつおぶし) あずき	ぎゅうにゅう わかめ・(にぼし・こんぶ) あおつまた	にんじん みつば	たまねぎ・ほししいたけ だいこん・きゅうり・こんにやく・ほししいたけ しめじ	こめ・さとう・でんぶん さとう ふ もち・さとう	だし汁・醤油・みりん・酒 酢・醤油・だし汁 醤油・酒・塩 塩	782 35.6
13 (水)	食パン & りんごジャム 牛乳 貝柱とブロッコリーのグラタン 海藻サラダ 根菜のカレースープ	スキムミルク ぎゅうにゅう かいばしら・うずらたまご・ハム まぐろあぶらづけ ぎゅうにく・ぶたにく	どうにゅう・ぎゅうにゅう・チーズ かんてん・くわかめ・こんぶ・しろきりんさい・わかめ・あかつのまた・あおつまた スキムミルク	ブロッコリー・パセリ・(にんじん) にんじん にんじん・こねぎ	りんご たまねぎ・しめじ・ほししいたけ・にんにく・(セロリ) だいこん・きゅうり・とうもろこし ごぼう・れんこん・たまねぎ・しょうが・にんにく	こむぎこ・さとう・みずあめ ショートニング バター・オリーブ油 棒々鶏ドレッシング オリーブ油	イースト・塩・他 ワイン・塩・コショウ・コンソメ・(鶏骨・ローリエ) 棒々鶏ドレッシング カレー粉・ケチャップ・ソース・醤油・カレー粉・塩・コショウ・(鶏骨)	753 35.2
14 (木)	麦ごはん 牛乳 ささみのレモン揚げ煮 おからの炒り煮 キムチ汁	ささみ おから・とり・かまぼこ・ちくわ どうふ・ぶたにく・みそ・(かつおぶし)	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう (にぼし・こんぶ)	にんじん にんじん・にら はねぎ・にんじん	レモン・しょうが・にんにく たまねぎ・こんにやく・ほししいたけ はくさい・キムチ・たまねぎ・もやし・しめじ・りんご・しょうが・にんにく	こめ・むぎ さとう さとう ごま油	醤油・酒・マヨネーズ だし汁・醤油・みりん・酒 醤油・酒・みりん・唐辛子・他	821 38.9
15 (金)	【佐賀ん魚◆食べて応援！献立（第4弾）】 人参ごはん 牛乳 ◆県産養殖マダイの塩焼き 春菊と切干大根の和え物 みそ汁 果物(みかん)	ちりめんじゃこ まだい(※無償提供) たまご・かつおぶし みそ・あぶらあげ	(こんぶ) ぎゅうにゅう (にぼし)	にんじん しゅんぎく・にんじん こねぎ	こめ しょうが キャベツ・きりぼしだいこん たまねぎ・しめじ みかん	油 酒・塩 すりごま 酒	醤油・酒 酒・塩 だし汁・醤油 酒	727 29.8
18 (月)	中華味ごはん 牛乳 揚げぎょうざ ナムル 太平燕	やきぶた・ぶたにく ぶたにく ハム うずらたまご・えび・ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん・えだまめ ほうれんそう・にんじん ちんげんさい・にんじん・はねぎ	たけのこ・ほししいたけ・しょうが キャベツ・たまねぎ・はくさい・しょうが・にんにく もやし たまねぎ・きくらげ・しょうが	こめ・もちごめ・こくとう でんぶん・さとう・こむぎこ ごま・ごま油 ごま脂	醤油・酒 醤油・塩・他 塩・コショウ 醤油・オイスターソース・酒・塩・コショウ・(鶏骨・豚骨・ローリエ)	791 31.8
19 (火)	ごはん 牛乳 サバのごまパン粉焼き 高野豆腐の煮物 れんこん団子汁	さば・みそ こうやどうふ・かまぼこ とり・みそ・たまご	ぎゅうにゅう (にぼし)	しょうが・にんにく にんじん・えだまめ はくさい・たまねぎ・ごぼう・しょうが	こめ ぼんこ さとう	くろごま・ごま油 だし汁・醤油・酒・みりん 酒・塩	835 39.4	
20 (水)	かしわ飯のおにぎり 牛乳 きつねうどん かみかみサラダ さつまポテト	とり・(こんぶ) あぶらあげ・かまぼこ・(かつおぶし) さきいか・たこ	ぎゅうにゅう わかめ・(にぼし・こんぶ) にんじん	にんじん・グリーンピース たまねぎ・ほししいたけ きりぼしだいこん・きゅうり・レモン	さとう うどんめん(こむぎこ)・さとう さとう さつまいも・さとう・みずあめ	だし汁・醤油・みりん・酒・塩 醤油・酒・塩・みりん 醤油・酢 みりん・塩	801 30.7	

1月の予定献立表 (後半)

1月25日～29日は、第3回給食指導強化週間 テーマ『感謝の心』

令和2年度 佐賀県立伊万里特別支援学校

☆今月の目標【 感謝して食べよう 】

ひづけ 日付	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のになる		
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
21 (木)	ハヤシライス 牛乳&ミルクコーヒー 大豆サラダ 果物(りんご)	ぎゅうにく・ぶたにく スキムミルク	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	にんじん・トマト・グリーンピース えだまめ・にんじん・グリーンピース	たまねぎ・しめじ・えのきたけ・マッシュルーム・セロリ・しょうが・にんにく きゅうり・とうもろこし りんご	こくろい 穀類・いも類 砂糖	バター さとう	815 30.5
22 (金)	【佐賀ん魚◆食べて応援！献立(第5弾)】 麦ごはん・牛乳 かぼちゃコロツケ ◆唐津産スルメイカと大根の煮物 石狩汁	ぎゅうにゅう ベーコン・とりにく・たまご するめいか(※無償提供) さけ・とうふ・みそ(かつおぶし)	ぎゅうにゅう スキムミルク (こんぶ)	かぼちゃ いんげん にんじん	たまねぎ だいこん・しょうが キャベツ・たまねぎ・こんにやく・しめじ・ねぶか・ねぎ・しょうが	こめ・むぎ こむぎこ・ぱんこ さとう・でんぷん じゃがいも	調味料他 油・バター・オリブ油 だし汁・醤油・酒・みりん 酒粕・酒・みりん	826 39.5
25 (月)	★【全国学校給食週間…伊万里・有田の郷土料理】 ★里芋ごはん(南波多の郷土料理) 牛乳 松風焼き ★かきやい(かけ和え) 豆腐と春菊のすまし汁 伊万里産イチゴのソースのミルクゼリー	ちりめんじゃこ ぎゅうにゅう とりにく・おから・たまご・みそ いか・みそ とうふ・かまぼこ(かつおぶし)	(こんぶ) ぎゅうにゅう あおのり	にんじん だいこん・きゅうり しゅんぎく	たまねぎ えのきたけ・ほししいたけ いちご	こめ・さといも ぼんこ・さとう さとう さとう	醤油・酒・塩 酒・だし汁・醤油 酢 醤油・酒・塩 ゼラチン	827 36.3
26 (火)	◆【1月24日は『給食記念日』…日本初の給食再現(明治22年山形県忠愛小学校にて『おにぎり、焼き鮭、菜の漬物』)】 ◆おにぎり 牛乳 ◆鮭の塩焼き ◆菜の漬物(高菜漬の油炒め) ★つんきーだご汁(伊万里有田の郷土料理)	さけ	ちりめんじゃこ (にぼし・こんぶ)	たかなづけ こまつな・にぎ	こめ しょうが こけ	こめ 酒・塩 酒・塩 ごま・ごま油 ねりごま	661 32.8	
27 (水)	●【全国学校給食週間…昭和時代後期の給食再現】 ◆コッペパン いちごジャム&マーガリン 牛乳 ◆くじらのケチャップ煮 ◆アーモンド和え 冬野菜のクリームスープ	スキムミルク ぎゅうにゅう くじら(赤身) みそ とりにく・ウインナー・みそ	スキムミルク ぎゅうにゅう ほうれんそう・にんじん ぎゅうにゅう・スキムミルク こまつな・にんじん	いちご しょうが もやし だいこん・はくさい・しめじ・にんにく・(たまねぎ・セロリ)	こむぎこ・さとう さとう・みずあめ さとう・でんぷん さとう こむぎこ	マーガリン 油 油 アーモンド バター	イースト・塩 塩・バター・ミルクパウダー・ベーキングパウダー・他 ケチャップ・ソース・ワイン・醤油・塩 みりん 塩・コショウ・ワイン・(鶏骨・ローリエ)	790 34.0
28 (木)	◆【全国学校給食週間…主菜セレクト給食】 麦ごはん 牛乳 ◆A:鶏肉の唐揚げ(おかか衣) ◆B:えびフライ(タルタルソース付) ゆで野菜 大豆の磯煮 豚汁 果物(みかん)	とりにく・かつおぶし えび・たまご	ぎゅうにゅう にんじん	しょうが レモン にんじん キャベツ・とうもろこし	こめ・むぎ でんぷん こむぎこ・ぱんこ さとう さとう さつまいも みかん	醤油・酒 油 油 青じそクリームドレッシング だし汁・醤油・酒 酒・みりん	A: 872 B: 847 A: 48.6 B: 32.6	
29 (金)	★【全国学校給食週間…伊万里・有田の郷土料理】 ★サバの混ご飯(安幕で振る舞うくち料理) 牛乳 ★煮ごみ(伊万里くち料理の定番) みぞれ汁 ★石垣だご(昔ながらのおやつ)	さば・さつまあげ とりにく・ちくわ・あずき すけとうだら・たまご(かつおぶし)	(こんぶ) ぎゅうにゅう にんじん (にぼし・こんぶ)	にんじん ごぼう・ほししいたけ・こんにやく・しょうが れんこん・ごぼう・こんにやく ほくさい・だいこん・ほししいたけ・とうもろこし・しょうが	こめ・さとう こめ・さとう さといも・くり・さとう でんぷん・さとう さつまいも・こむぎこ・さとう	油 醤油・だし汁・塩 醤油・だし汁・塩 醤油・塩・酒・みりん ベーキングパウダー・塩	816 35.2	

※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)
797
(778)
35.3
(32.1)