



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・とりこ・かまぼこ	ぎゅうにゅう	にんじん・こねぎ	たまねぎ・ほししいたけ	こめ・さとう・でんぶ	だし汁・醤油・みりん・酒	782
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	とうにゅう・ぎゅうにゅう・チーズ	ブロッコリー・パセリ・(にんじん)	りんご たまねぎ・しめじ・ほししいたけ・にんにく・(セロリ)	こむぎこ・さとう・みずあめ ショートニング	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	753
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・とりこ・かまぼこ・ちくわ	にんじん・にら	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	こめ・むぎ 油	醤油・酒・マヨネーズ だし汁・醤油・みりん・酒 ごま油	821
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)	(こんぶ) ぎゅうにゅう	にんじん	しょうが キャベツ・きりぼしだいこん	こめ 油	醤油・酒 酒・塩 だし汁・醤油	727
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	ぎゅうにゅう	にんじん・えだまめ	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	こめ・もちごめ・こくとう 油・豚脂	醤油・酒 醤油・塩・他 塩・コショウ	791
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	ぎゅうにゅう	にんじん・えだまめ	しょうが・にんにく たまねぎ・ほししいたけ	こめ ぼんこ	酒・塩・みりん・カレー粉 だし汁・醤油・酒・みりん	835
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	ぎゅうにゅう	にんじん・グリーンピース	ごぼう・ほししいたけ・しょうが たまねぎ・ほししいたけ	こめ 油	だし汁・醤油・みりん・酒・塩 醤油・酒・塩・みりん	801
		あぶらあげ・かまぼこ(かつおぶし)	わかめ・(にぼし・こんぶ)	はねぎ	きりぼしだいこん・きゅうり・レモン	うどんめん(こむぎこ)・さとう	醤油・酒・塩・みりん	30.7
		さきいか・たこ		にんじん		さつまいも・さとう・みずあめ	アモンド・オリーブ油 みりん・塩	

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 】

ひつけ 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		
		魚・肉・大豆・大豆製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・きのこ・果物	穀類・いも類・砂糖	油脂	調味料他	たんぱく質 (g)
21 (木)	ハヤシライス 牛乳&ミルクコーヒー 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	にんじん・トマト・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	こめ・むぎ・さとう	バター	ハヤシライス・ソース・醤油・塩・コショウ・ナツメグ(鶏骨・ローリエ) インスタントコーヒー・塩乳酸菌・炭酸Ca他 野菜いっぱい和風ドレッシング	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	ぎゅうにゅう	かぼちゃ	たまねぎ	こめ・むぎ	油・バター・オリーブ油	ケチャップ・醤油・塩・コショウ 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	(こんぶ) ぎゅうにゅう	にんじん	だいにん・きゅうり	こめ・さといも	醤油・酒・塩		827
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	たかなづけ	しょうが	こめ	酒・塩		661
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		いちご	こむぎこ・さとう	マーガリン 油	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	790
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	ぎゅうにゅう	しょうが	レモン	こめ・むぎ	油	醤油・酒 タルタルソース・他	A: 872 B: 847
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(安曇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	(こんぶ) ぎゅうにゅう	にんじん	ごぼう・ほししいたけ・こんにやく・しょうが	こめ・さとう	油	塩・醤油・酒・だし汁	816
		とりにく・ちくわ・あずき		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	
		すけとうだら・たまご・(かつおぶし)	(にぼし・こんぶ)	こまつな・にんじん・こねぎ・ほうれんそう	ほくさい・だいにん・ほししいたけ・とうもろこし・しょうが	でんぷん・さとう		醤油・塩・酒・みりん	35.2
						さつまいも・こむぎこ・さとう		ベーキングパウダー・塩	
※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)

