



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6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となる		(みどり) おもにからだのちょうしをとのえるものとなる		(きいろ) おもにエネルギーのもととなる		ちょうみりょほか 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	ぎゅうにゅうさかな 牛乳・小魚 かいそう ・海藻	りょくおうしやさい 緑黄色野菜	た やさい その他の野菜 きのこ・果物	こくろい 穀類・いも類 さとう ・砂糖	ゆし 油脂			
8 (水)		しぎょう しき きゅうしよく 始業式(給食はありません)								
9 (木)	チキンカレー ・ ぎゅうにゅう 牛乳	とりにく	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	カレーウ・赤ワイン・ケチャップ・醬油・ コンソメ・(鶏骨・ローリエ)	765	
	かいそう 海藻サラダ	ハム	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	23.7	
	くだもの(りんご)				りんご					
10 (金)	むぎ 麦ごはん ・ ぎゅうにゅう 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ・むぎ			698	
	カラフルたまご やき	たまご	ひじき・チーズ	あかピーマン ほうれんそう	たまねぎ	さとう		だし汁・醬油・みりん		
	ひじきと大豆の炒め煮 だいず いた に	さつまあげ・あぶらあげ だいず	ひじき	にんじん・さやいんげん	しらたき	さとう	油	だし汁・醬油・みりん	27.0	
	みそ汁 しる	あつあげ・みそ・(かつお ぶし)	(こんぶ・にぼし)	にんじん・はねぎ	たまねぎ	さつまいも				
14 (火)	★【鏡開き献立】・・・1月11日は”鏡開き”です。家族の幸せを願い、正月お供えしていた鏡餅を割り、雑煮やぜんざいにして食べる行事です。									
	そぼろ丼 ・ ぎゅうにゅう 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	784	
	しちふく 七福なます	あぶらあげ		にんじん	だいこん・れんこん・きゅうり・しらた き・ほししいたけ	さとう	ごま・ねりごま	だし汁・酢・醬油		
	みそ汁 しる	みそ・(かつおぶし)	わかめ・(にぼし・こんぶ)	にんじん	はくさい・たまねぎ				33.1	
	★ちよこっとぜんざい(餅入り) もち い	あずき				しらたまもち・さとう		塩		
15 (水)	せむせりコッペパン ・ ぎゅうにゅう 牛乳		ぎゅうにゅう			コッペパン				
	(セルフホットドッグ)									
	ウインナー・野菜ソテー	ウインナー			キャベツ・たまねぎ				713	
	ケチャップ&マスタード しょうがくせい (小学生はケチャップのみ)							ケチャップ・マスタード		
	れんこんチップス				れんこん		白絞油	塩	25.8	
	ふゆやさい 冬野菜のクリームスープ	とりにく・みそ	ぎゅうにゅう	にんじん・こまつな	だいこん・はくさい・しめじ・(セロリ)	さつまいも・こむぎこ	バター	塩・コショウ・コンソメ・白ワイン・ (鶏骨・ローリエ)		
16 (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	
	みそ煮 に	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・こんにゃく	さといも・さとう	油	醬油・酒・だし汁		
	いわしフライ	いわし				ばんこ・こむぎこ	油	塩	30.3	
	すまし汁 じる	(かつおぶし)	(にぼし・こんぶ)	ほうれんそう・にんじん	えのきたけ	ふ		醬油・塩・酒・だし汁		
17 (金)	むぎ 麦ごはん ・ ぎゅうにゅう 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ・むぎ			758	
	ミートローフ	ぎゅうにく・ぶたにく・とり にく・とうふ・おかか・たま ご	チーズ・ぎゅうにゅう	にんじん・グリーンピース	たまねぎ	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		
	だいこん 大根サラダ	ハム		にんじん	だいこん・キャベツ・とうもろこし			ごまドレッシング	30.4	
	きのこスープ	ベーコン		こまつな	しめじ・ほししいたけ・たまねぎ・(セ ロリ)			醬油・コンソメ・塩・コショウ・(鶏 骨・ローリエ)		
20 (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)】									
	★おにぎり		(こんぶ)			こめ		酒・塩	662	
	ぎゅうにゅう 牛乳		ぎゅうにゅう							
	★鮭の塩焼き さけ しおや	さけ						酒・塩		
	★菜の漬物(白菜の塩昆布あえ) な つけもの はくさい しおこんぶ	かつおぶし	しおこんぶ	にんじん	はくさい			醬油	31.2	
	◆つんぎいーだご汁(佐賀県の郷土料理) じる さがけん きょうど りょうり	とりにく・(かつおぶし)	(にぼし・こんぶ)	にんじん・はねぎ	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		醬油・酒・塩		
21 (火)	◆【全国学校給食週間… 佐賀県の郷土料理】									
	◆里芋ごはん(伊万里市南波多) さといも いまりり しみなみはた		ちりめんじゃこ・(こんぶ)			こめ・さといも		醬油・酒・塩	690	
	ぎゅうにゅう 牛乳		ぎゅうにゅう							
	あつやき 厚焼たまご	たまご・(かつおぶし)				さとう・ばくがとう	油	塩・他		
	◆かきゃーい(かけあえ)(佐賀県全域) さかけん ぜんいさ	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	26.6	
	◆だぶ(唐津市の浜玉・七山地区) からつし はなま ななやま ちく	とりにく・あつあげ・かまぼ こ・(かつおぶし)	(にぼし・こんぶ)	にんじん	ごぼう・れんこん・だいこん・こんにゃ く・ほししいたけ・きくらげ	ふ・さとう・でんぶん	油	醬油・みりん・酒・塩		



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6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						ちようみりよほか 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) おもにからだのちょうしを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			たんぱく質 (g)
		1群 さかなにく だいず 魚・肉・大豆・ 大豆製品	2群 ぎゅうにゅうにかな 牛乳・小魚 かいそう ・海藻	3群 りよくおうやさい 緑黄色野菜	4群 た やさい その他の野菜 くだもの ・きのこ・果物	5群 こくろい ろい 穀類・いも類 さとう ・砂糖	6群 ゆし 油脂		
22 (水)	●【全国学校給食週間 … 藤田校長先生の思い出の給食 】								787
	むぎ 麦ごはん ・ 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ・むぎ			
	はつぼうさい ●八宝菜	ぶたにく・えび いか・うずらたまご		にんじん・チンゲンサイ	しょうが・たまねぎ・はくさい ほししいたけ・(セロリ)	でんぶん	油	醤油・酒・塩・中華味・ コショウ・(鶏骨・ローリエ)	
	はるさめ 春雨サラダ	やきぶた			もやし・きゅうり・きりぼしだいこん	はるさめ・さとう	ごま油	酢・しょうゆ	27.5
	だいがくいも 大学芋					さつまいも・みずあめ・さ とう	油・くろごま	醤油	
23 (木)	■【 全国学校給食週間 … 伊万里・有田の郷土料理 】								
	■さば混ぜご飯(安福で振る舞うくんち料理)	さば・さつまあげ	(こんぶ)	にんじん・さいやいんげん	ごぼう・ほししいたけ	こめ・さとう	油	塩・醤油・酒・だし汁	779
	ぎゅうにゅう 牛乳		ぎゅうにゅう						
	■煮ごみ(伊万里くんち料理の定番)	とりにく・ちくわ・あずき		にんじん	れんこん・ごぼう・こんにゃく	さといも・くり・さとう		醤油・だし汁・塩	
	かきたま汁	たまご・(かつおぶし)	(にぼし・こんぶ)	ほうれんそう	たまねぎ	でんぶん		醤油・酒・塩	29.2
	いしがき ■石垣だご(昔ながらのおやつ)					さつまいも・こむぎこ・さ とう		ベーキングパウダー・塩	
24 (金)	【 全国学校給食週間(1月24日は”給食記念日”) … 主菜のセレクト給食 】								A: 785 B: 767
	むぎ 麦ごはん ・ 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ・むぎ			
	A: とりにく からあげ 鶏肉の唐揚げ	とりにく			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・ベーキングパウダー・他	
	おからサラダ	おから・まぐろあぶらづけ		にんじん	きゅうり・たまねぎ	さとう	マヨネーズ	りんご酢・塩・コショウ	A: 29.9 B: 26.1
	はくさい 白菜とウインナーのスープ	ウインナー		パセリ・にんじん	はくさい・しめじ・たまねぎ・(セロリ)			醤油・コンソメ・塩・コショウ・(鶏 骨・ローリエ)	
27 (月)	まーぼーどん 麻婆丼 (伊万里産もち麦入りごはん)	とうふ・ぶたにく・とりにく・ みそ		こまつな・にんじん	たまねぎ・たけのこ・ほししいたけ・ にんにく・しょうが・ねぶかねぎ・(セ ロリ)	こめ・もちむぎ・でんぶ ん・さとう	油・ごま油	酒・醤油・甜麺醤・豆板醤・ (鶏骨・ローリエ)	769
	ぎゅうにゅう 牛乳		ぎゅうにゅう						
	む 蒸しぎょうざ	ぶたにく			キャベツ・たまねぎ・はくさい・しょう が・にんにく	こむぎこ・でんぶん・さ とう	豚脂・ごま油・ 油	醤油・塩・酢 他	32.9
	ちゅうか 中華スープ	やきぶた		にんじん・パセリ	はくさい・もやし・きくらげ・しょうが・ (たまねぎ・セロリ)			醤油・酒・塩・中華味・コショ ウ・(鶏骨・ローリエ)	
28 (火)	むぎ 麦ごはん ・ 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ・むぎ			732
	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	
	はくさい 白菜のごまあえ			にんじん	はくさい・もやし	さとう	ごま・ねりごま	醤油	33.1
	みそけんちん汁	とりにく・とうふ・あぶらあ げ・みそ(かつおぶし)	(こんぶ)	にんじん・こねぎ	しめじ・ごぼう・こんにゃく・だいこん	さといも			
29 (水)	かき揚げのせかき玉うどん	たまご・とりにく・かまぼ こ・(かつおぶし)	(にぼし・こんぶ)	にんじん・はねぎ	たまねぎ・ごぼう・グリーンピース	うどんめん(こむぎこ)・ じゃがいも・こむぎこ・さ とう・でんぶん	油	醤油・みりん・塩・他	737
	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・たまねぎ			青じそクリームドレッシング	28.3
	くだもの(みかん)				みかん				
30 (木)	むぎ 麦ごはん ・ 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ・むぎ			792
	にくだんご 肉団子のケチャップ煮	ぎゅうにく・ぶたにく・とり にく・だいず	こなチーズ	にんじん	たまねぎ・グリーンピース・(セロリ)	じゃがいも・さとう	油	醤油・ケチャップ(鶏骨・ローリ エ)・他	
	さきいかサラダ	さきいか		にんじん	キャベツ・きりぼしだいこん		マヨネーズ	醤油・柚子胡椒・酒	27.9
	チンゲンサイのスープ	ぶたにく		チンゲンサイ・(にんじん)	たまねぎ・(セロリ)		油	醤油・コンソメ・塩(鶏骨・ローリ エ)	
31 (金)	むぎ 麦ごはん ・ 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ・むぎ			773
	てつく 手作りギョロツケ	あじ・あまだい・とりにく・ おから	ひじき	にんじん	キャベツ・たまねぎ・しょうが	ぼんこ・さとう・でんぶん	油	カレー粉・塩・醤油・酒・み りん	
	きりぼし だいこん 切干大根のすだちポン酢あえ	たまご・かつおぶし		赤ピーマン	きりぼしだいこん・もやし	さとう		すだちポン酢・だし汁・醤油	29.9
	ぶたじる 豚汁	ぶたにく・みそ・あぶらあ げ・(かつおぶし)	(こんぶ)	にんじん・はねぎ	こんにゃく・ごぼう	さつまいも	ごま油		
※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。									765 (720) 29.5 (28.8)
平 均 (本校平均基準値)									

