



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【 感謝して食べよう 】

令和元年度 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)	たんぱく質 (g)
		(あか) おもにからだをつくるものとなる		(みどり) おもにからだのちようしをと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			
		1群 さかなにく だいず 魚・肉・大豆・ 大豆製品	2群 ぎゆうにゆうざかな 牛乳・小魚・ かいそう 海藻	3群 りよくおうしよやさい 緑黄色野菜	4群 た やさい その他の野菜・ きのこ・果物	5群 こくろい るい 穀類・いも類・ さとう 砂糖	6群 ゆし 油脂		
8 (水)		 始業式 (給食はありません)							
9 (木)	うんだめ 運試し☆ラッキー人参入りハヤシライス	ぶたにく		トマト・にんじん・グリーン ピース	たまねぎ・セロリ・しめじ・えのきた け・マッシュルーム・しょうが・にん にく	こめ・むぎ・さとう	オリーブ油	ハヤシライス・ワイン・ケチャップ・ ソース・醤油・塩・コショウ・ナ ツメグ(鶏骨)	732
	ぎゆうにゆう 牛乳 & ミルメークコーヒー(粉末)		ぎゆうにゆう			さとう		インスタントコーヒー・塩 乳酸菌・炭酸Ca他	
	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	だいこん・キャベツ・とうもろこし		すりごま	棒々鶏ドレッシング	27.7
	くだもの 果物(りんご)				りんご			塩	
10 (金)	★【鏡開き(1月11日)】 にんじん 人参ごはん		ちりめんじゃこ(こん ぶ)	にんじん		こめ	油	醤油・酒	797
	ぎゆうにゆう 牛乳		ぎゆうにゆう						
	まつかぜ 松風焼き	とりにく・たまご・みそ			たまねぎ	ばんこ・さとう	ごま	酒・醤油・塩	
	あ ゆかり和え			あかじそ	キャベツ	さとう		塩・他	
	たまじり かき玉汁	たまご・かまぼこ(か つおぶし)	(こんぶ)	こねぎ	たまねぎ・えのきたけ・ほししいた け			醤油・酒・塩	37.5
	★ちよこつとぜんざい	あずき				もち・さとう		塩	
13 (月)		せいじんひ 成人の日							
14 (火)	ちゆうかどん 中華丼	ぶたにく・うずらたまご・ えび・いか・かまぼこ		にんじん	たけのこ・たまねぎ・キャベツ・ほし しいたけ・きくらげ・しょうが	こめ・むぎ・でんぶん		醤油・酒・塩・コショウ(鶏 骨)	759
	ぎゆうにゆう 牛乳		ぎゆうにゆう						
	バンサンスー	ハム・たまご		にんじん	きゅうり・きくらげ	はるさめ・さとう	ごま	酢・醤油	31.2
	わかめスープ		わかめ		もやし		ごま・ごま油	醤油・酒・塩・コショウ(鶏 骨)	
15 (水)	むぎ 麦ごはん					こめ・むぎ			733
	ぎゆうにゆう 牛乳		ぎゆうにゆう						
	やどり 焼き鶏のおろしポン酢かけ	とりにく		こねぎ	だいこん・しょうが・にんにく			すだちポン酢・マヨネーズ・ みりん・酒・塩・唐辛子	
	おからの炒り煮	おから・とりにく・かま ぼこ・ちくわ	ぎゆうにゆう	にんじん・はねぎ	たまねぎ・こんにやく・ほししいたけ	さとう		だし汁・醤油・酒・みりん	39.4
	きむチ汁	とうふ・ぶたにく・みそ		にら	もやし・たまねぎ・しめじ・ほくさい キムチ・しょうが		ごま油	醤油・酒・みりん(鶏 骨)	
16 (木)	むぎ 麦ごはん					こめ・むぎ			793
	ぎゆうにゆう 牛乳		ぎゆうにゆう						
	きびなごフライ	きびなご			たまねぎ	ばんこ・こむぎこ	油	塩	
	こうや どうふ 高野豆腐のたまごとじ	たまご・こうやどうふ・ のべかまぼこ		にんじん・えだまめ	たまねぎ・ほししいたけ	さとう		だし汁・醤油・酒・みりん	38.5
	だんごじる にら団子汁	ぶたにく・とりにく・たま ご(かつおぶし)	(にほし・こんぶ)	にら・にんじん	たまねぎ・しょうが	でんぶん		醤油・酒・塩	
17 (金)	むぎ 麦ごはん					こめ・むぎ			859
	ぎゆうにゆう 牛乳		ぎゆうにゆう						
	きのこソースのハンバーグ	ぎゆうにく・ぶたにく・と りにく・おから・たまご	ぎゆうにゆう	パセリ	たまねぎ・えのきたけ・まいたけ・ マッシュルーム・しょうが・にんにく	ばんこ・さとう・でんぶん	バター	醤油・ワイン・焼肉の外・ケ チャップ・塩・コショウ・ナツメグ	
	ツナじゃが	まぐろあぶらづけ		にんじん・グリーンピース	たまねぎ・こんにやく	じゃがいも・さとう	オリーブ油	だし汁・醤油・酒・コンソメ	
	みそスープ	ベーコン・みそ(かつ おぶし)	ぎゆうにゆう(こんぶ)	こまつな	だいこん・たまねぎ・しめじ			34.7	
	くだもの 果物(みかん)				みかん				
20 (月)	むぎ 麦ごはん					こめ・むぎ			736
	ぎゆうにゆう 牛乳		ぎゆうにゆう						
	まいぼー どうふ 麻婆豆腐	とうふ・ぶたにく・とりに く・みそ		にんじん・こねぎ	たまねぎ・たけのこ・ほししいた け・しょうが・にんにく	でんぶん		醤油・甜麺醬・豆板醬・ 酒(鶏骨)	
	きまわかめのサラダ	ちくわ・みそ	くきわかめ	にんじん	きゅうり	さとう	ごま	マヨネーズ・みりん・からし	35.6
	たま ニラ玉スープ	たまご・かまぼこ	スキムミルク	にら	えのきたけ	でんぶん		醤油・酒・塩(鶏骨)	
21 (火)	きんしよびん 三色丼	とりにく・たまご		いんげん	べにしょうが	こめ・むぎ・さとう	油	醤油・酒・みりん・だし汁	798
	ぎゆうにゆう 牛乳		ぎゆうにゆう						
	うめ 梅おかか和え	かつおぶし		にんじん	キャベツ・きゅうり・うめぼし	さとう		醤油	
	じる はんぺんのすまし汁	すけとうだら・たまご (かつおぶし)	わかめ(こんぶ)		ほししいたけ	でんぶん・さとう・やまい も		醤油・酒・塩・他	38.5

1月の予定献立表（後半）



◇1月27日～31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【感謝して食べよう】

令和元年度 佐賀県立伊万里特別支援学校

ひづけ 日付	献立名	使用する食品名						調味料他	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
		(あか)		(みどり)		(きいろ)				
		1群	2群	3群	4群	5群	6群			
22 (水)	みそうどん	とりにく・ちくわ・かまぼこ・あぶらあげ・みそ・(かつおぶし)	スキムミルク・(こんぶ・にぼし)	にんじん・はねぎ	はくさい・たまねぎ・ほししいたけ・しょうが	うどんめん	ごま油	醤油・酒・みりん	808	
	牛乳	ぎゅうにゅう								
	ツナとれんこんのサラダ	まぐろあぶらづけ		にんじん	れんこん・きゅうり・たまねぎ	さとう		青じそ・クリーム・ドレッシング・塩・コショウ	30.0	
	大学芋				さつまいも・みずあめ・さとう	油・くろごま	醤油			
23 (木)	シーフードピラフ	まぐろあぶらづけ・たこ・かいばしら・いか・えび		にんじん・グリーンピース	たまねぎ・マッシュルーム・とうもろこし	こめ・むぎ	バター	ワイン・塩・コショウ・醤油・コンソメ・パプリカ粉・(鶏骨)	847	
	牛乳 & ミルメークコーヒー (粉末)		ぎゅうにゅう			さとう		インスタントコーヒー・塩・乳酸菌・炭酸Ca他		
	白菜とりんごのサラダ				はくさい・りんご・きゅうり			フレンチドレッシング・塩・コショウ	35.4	
	レンズ豆のスープ	ぶたにく・ベーコン・レンズまめ		トマト・にんじん・パセリ	たまねぎ・キャベツ・にんにく	じゃがいも・さとう		ケチャップ・醤油・塩・コショウ・(鶏骨)		
24 (金)	◆【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					こめ		酒・塩	665	
	牛乳		ぎゅうにゅう							
	◆鮭の塩焼き	さけ			しょうが			酒・塩		
	◆菜の漬物 (高菜漬の油炒め)		ちりめんじゃこ	たかなづけ			ごま・ごま油	みりん・醤油	32.0	
	具だくさんみそ汁 (いりこ入り)	だいず・あぶらあげ	にぼし・(こんぶ)	こまつな・にんじん	れんこん・たまねぎ・ほししいたけ			酒		
27 (月)	◆【全国学校給食週間… 主菜セレクト給食】									
	麦ごはん					こめ・むぎ			A: 867	
	牛乳		ぎゅうにゅう						B: 819	
	A: 鶏肉のテリマヨ焼き	とりにく			しょうが・にんにく	さとう	ごま油	マヨネーズ・醤油・みりん・酒・塩		
	B: えびチリソース	えび			たまねぎ・しょうが・にんにく・トマト	さとう・でんぶん・こむぎ	油	ケチャップ・醤油・酢・酒・塩・豆板醤・(鶏骨)・他		
	ゆで野菜				キャベツ・きゅうり・ホールコーン					
	炒めビーフン	ぶたにく・かまぼこ		にんじん・にら	もやし・たまねぎ・きくらげ・しょうが	ビーフン	ごま油	オイスターソース・塩・コショウ・醤油・酒	A: 38.2	
	卵スープ	たまご・かにふろみかまぼこ	スキムミルク	こねぎ	ほししいたけ			醤油・酒・みりん・塩・コショウ・(鶏骨)	B: 34.2	
	青りんごゼリー					さとう		塩・酸味料・ゲル化剤・他		
28 (火)	◆【全国学校給食週間… 伊万里・有田の郷土料理】									
	◆サバの混ぜご飯 (安幕で振る舞うくち料理)	さば・さつまあげ		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	850	
	牛乳		ぎゅうにゅう							
	◆煮ごみ (くち料理の定番)	とりにく・ちくわ・あずき	にんじん		れんこん・ごぼう・こんにやく	さといも・くり・さとう		醤油・だし汁・塩		
	みぞれ汁	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・かぼちゃ	はくさい・だいこん・ほししいたけ・しょうが	でんぶん・さとう		醤油・塩・酒・みりん	35.6	
	◆石垣だご					さつまいも・こむぎ・さとう		ベーキングパウダー・塩		
29 (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&りんごジャム		スキムミルク		りんご	コッペパン・さとう・みずあめ	マーガリン	塩・イースト・他	784	
	牛乳		ぎゅうにゅう							
	◆くじらのケチャップ煮	ミンクジラ			しょうが	さとう・でんぶん	油	ケチャップ・ソース・ワイン・醤油・塩		
	◆アーモンド和え	みそ	ほうれんそう・にんじん	もやし		さとう	アーモンド	みりん	33.9	
	◆冬野菜のクリームスープ	とりにく・ウインナー・みそ	ぎゅうにゅう・スキムミルク	こまつな・にんじん	だいこん・はくさい・しめじ	こむぎ・さとう	バター	塩・コショウ・ワイン・(鶏骨)		
30 (木)	◆【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)		ちりめんじゃこ・(こんぶ)			こめ・さといも		醤油・酒・塩	799	
	牛乳		ぎゅうにゅう							
	ブリの照焼	ぶり			しょうが	さとう・でんぶん		醤油・みりん・塩		
	◆かきやーい (かけ和え)	いか・みそ	にんじん		だいこん・きゅうり	さとう	ごま	酢		
	◆つんきーだご汁	とりにく	(にぼし・こんぶ)	にんじん・こまつな	ごぼう・だいこん・ねぶかねぎ・ほししいたけ・しょうが	こむぎ・さとう		醤油・酒・塩	34.3	
	◆果物 (伊万里産いちご)				いちご					
31 (金)	◆【学校給食週間… 伊万里・有田の郷土料理】									
	麦ごはん					こめ・むぎ			813	
	牛乳		ぎゅうにゅう							
	かぼちゃコロツケ (カレー風味)	とりにく・ベーコン・たまご	スキムミルク	かぼちゃ	たまねぎ	じゃがいも・さとう・こむぎ・ぼんこ	油	ソース・ケチャップ・塩・コショウ・カレー粉		
	◆大豆の磯煮	だいず・とりにく・さつまあげ	ひじき	にんじん・いんげん	こんにやく・ほししいたけ	さとう		醤油・だし汁・酒	33.0	
	豚汁	あつあげ・ぶたにく・みそ	(にぼし)	にんじん・はねぎ	だいこん・たまねぎ・ごぼう・こんにやく・しょうが	さつまいも		酒		
※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。									791 (790) 34.6 (32.6)	

