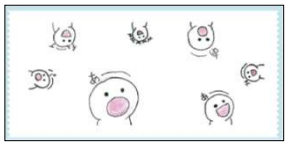
1月 学校給食献立表

令和７年度１月
呉市立川尻小学校

日	曜日	献立名	つかわれているたべもの：おもにからだをつくる赤のたべもの	つかわれているたべもの：おもにからだのちょうしをととのえる緑のたべもの	つかわれているたべもの：おもにエネルギーのもとになる黄色のたべもの	エネルギー（キロカロリー）	たんぱく質（グラム）
8	木	ごはん ぎゅうにゅう ビーフシチュー キラキラフルーツポンチ	ぎゅうにく　ぎゅうにゅう	にんじん　しょうが　にんにく えだまめ　たまねぎ　りんご みかん　もも パインアップル	こめ じゃがいも レモンゼリー　あぶら ナタデココ こんにゃくゼリー	703	19
9	金	ごはん ぎゅうにゅう さんまのかばやき はくさいのおひたし はんぺんのすましじる	さんま かつおぶし はんぺん　ぎゅうにゅう	にんじん　しょうが　はくさい ねぎ　たまねぎ　えのきだけ	こめ　でんぷん さとう　あぶら	684	24
13	火	ごはん ぎゅうにゅう とうふチゲ ごぼうのサラダ プリンタルト	ぶたにく とうふ　みそ　ぎゅうにゅう	にんじん　はくさい　こんにゃく にら　はくさいキムチ たまねぎ　ごぼう とうもろこし　きゅうり	こめ　ごま プリンタルト　ノンエッグマヨネーズ	676	23
14	水	パン ぎゅうにゅう サーモンフライ きゅうり ABCコンソメスープ チョコクリーム 四年生ふるさと探訪	サーモンフライ ベーコン　ぎゅうにゅう	にんじん　きゅうり　たまねぎ きゃべつ	パン マカロニ じゃがいも　あぶら チョコクリーム	723	24
15	木	ごはん ぎゅうにゅう りんごソースかけレンコンつくね むしキャベツ にゅうめん こざかな	とりにく かまぼこ　ぎゅうにゅう かえりいりこ	にんじん　れんこん　りんご ねぎ　きゃべつ　たまねぎ えのきだけ	こめ　でんぷん パンこ　さとう そうめん	634	28
16	金	ごはん ぎゅうにゅう とりそぼろ ぶたじる チーズ	とりにく たまご ぶたにく みそ　ぎゅうにゅう チーズ	いんげん　しょうが　たまねぎ にんじん　だいこん　こんにゃく ねぎ	こめ　さとう さつまいも　あぶら	671	27
19	月	ごはん ぎゅうにゅう あつあげのちゅうかにこみ バンバンジー	ぶたにく あつあげ とりにく　ぎゅうにゅう	にんじん　しょうが　たまねぎ チンゲンサイ　きくらげ　きゅうり	こめ　さとう　あぶら でんぷん　ごまあぶら さとう　ごま	602	25
20	火	ごはん ぎゅうにゅう はるさめのごもくいため ユイミータン ふりかけ	ぶたにく あぶらあげ とりにく たまご　ぎゅうにゅう	にんじん　しょうが　ほししいたけ ピーマン　たまねぎ　きゃべつ ねぎ　とうもろこし	こめ　はるさめ さとう　あぶら	605	21
21	水	ピタパン ぎゅうにゅう やきそば あげぎょうざ ミニオムレット	ぶたにく あげはん ぎょうざ　ぎゅうにゅう あおのり	にんじん　たまねぎ　もやし ねぎ　きゃべつ	ピタパン ちゅうかめん てんかす　あぶら ミニオムレット	677	26
22	木	わかめごはん ぎゅうにゅう ぶたにくとだいこんのうまに かきたまじる	ぶたにく たまご　ぎゅうにゅう わかめ	にんじん　だいこん　こんにゃく いんげん　たまねぎ　えのきだけ ねぎ	こめ　さとう でんぷん　あぶら	567	23
23	金	ごはん ぎゅうにゅう さばのみそに キャベツのいそかあえ カラフルつみれじる	さば　みそ かつおぶし のり　つみれ　ぎゅうにゅう しらすぼし	にんじん　しょうが　きゃべつ ねぎ　もやし　たまねぎ だいこん	こめ　さとう	608	28
1月24日から30日は 全国学校給食週間							
26	月	ごはん ぎゅうにゅう ビーフカレー チーズサラダ	ぎゅうにく ハム　ぎゅうにゅう チーズ	にんじん　しょうが　にんにく えだまめ　たまねぎ　だいこん れんこん　りんご きゃべつ　きゅうり とうもろこし	こめ じゃがいも　あぶら さとう	692	22
27	火	ごはん ぎゅうにゅう オーロラくじら コーンキャベツ 1がつのみそしる	くじら あぶらあげ みそ　ぎゅうにゅう	えだまめ　とうもろこし にんじん　きゃべつ　だいこん ねぎ　はくさい	こめ でんぷん　あぶら さとう	586	27
28	水	パン のむヨーグルト ミートソースペンネ フレンチサラダ パンナコッタ いちごマーガリン おたんじょうび	ぶたにく　ハム　のむヨーグルト	にんじん　にんにく　しょうが トマト　たまねぎ　きゃべつ きゅうり	パン　マカロニ こむぎこ　ごま さとう　あぶら パンナコッタ　マーガリン いちごジャム	691	19
29	木	ごはん ぎゅうにゅう すきやき わふうサラダ あじつけのり	とうふ　ちくわ　ぎゅうにゅう わかめ しらすぼし のり	にんじん　たまねぎ　はくさい ごぼう　こんにゃく えのきだけ　しろねぎ きゃべつ　きゅうり	こめ　さとう　あぶら　ごま ごまあぶら	774	24
30	金	ひろしまなと タコのカレーピラ ぎゅうにゅう ほうれんそうミソ・ミルクシチュー ヨーグルト ひろしま給食100万食メニュー	たこ　たまご とりにく　みそ　ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんじん　とうもろこし ひろしまな　たまねぎ ほうれんそう	こめ　さとう じゃがいも　あぶら	702	36

川尻小中学校ののり誕生

川尻小中学校オリジナルデザインのあじつけのりが誕生しました。1月から1年間，6種類の袋に入った広島県産のあじつけのりが給食に登場します。オリジナルデザインの味付けのりを食べることを通して。楽しい給食時間を過ごし，食に関

今月の給食費
260(円)×16(回)＝4，160(円)
※4年生・・・260(円)×15(回)＝3，900(円)

※物資の納入状況により，献立や食材を変更することがあります。
ご了承ください。