

令和8年1月

学校給食献立予定表

加西市学校給食センター

8日(木)	9日(金)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	
ごはん 牛乳 ぶりのてりやき すまじる ちくぜん 【お正月献立】	減量ごはん 牛乳 ちくわのいそべやき カレーうどん ほうれんそうのひじきあえ	ごはん 牛乳 とりにくのねぎソースかけ だいこんのみそしる こまつなサラダ	パン 牛乳 にこみハンバーグ マーボーだいこん にくだんごスープ プロッコリーのごまあえ	ごはん 牛乳 牛乳・かつおぶりかけ さばのしょうがに とりごぼうじる くきわかめあえ 【1.17献立】	ごはん 牛乳 牛乳 はるさめのビリからいため ちゅうかスープ はくさいのおひたし	ごはん 牛乳 てりやきチキン かぶのみそしる ほうれんそうのサラダ とうにゅうプリンタルト	ごはん 牛乳 しろみさかなのチリソースかけ ふたもやしのスープ キャベツサラダ	ごはん 牛乳 ふゆやさいカレー パンサンスター ふくじんづけ	ごはん 牛乳 ハムステーキ とうふスープ ポテトサラダ		
○ ぶり さけ こいくちしょうゆ □ さとう みりん △ しょうが □ でんぶん	○ ちくわのいそべやき □ うどん ○ ぶたにく △ たまねぎ △ にんじん(加西産) △ ねぎ(加西産)	○ とりにく しお こしょう △ しょうが △ ねぎ □ さとう こいくちしょうゆ みりん さけ	○ ハンバーグ △ トマトケチャップ △ トマトピューレ △ トマトソース △ ねぎ □ さとう あかワイン	△ だいこん △ とりにく △ トマトピューレ △ トマトソース △ ねぎ(加西産) □ さとう トウバンジャン テンメンジャン(こま油)	○ さば △ さば △ こいくちしょうゆ △ にら △ にんじん(加西産) △ しょうが △ ねぎ(加西産) □ さとう トウバンジャン しお △ さとう △ トマトピューレ △ トマトソース △ ねぎ(加西産) △ にんじん(加西産) △ こうちゅう △ ねぎ(加西産)	○ とりにく △ はるさめ △ にら △ にんじん(加西産) △ しょうが △ ねぎ(加西産) □ さとう △ さば △ こいくちしょうゆ △ にら △ にんじん(加西産) △ しょうが △ ねぎ(加西産)	○ とりにく △ はるさめ △ にら △ にんじん(加西産) △ しょうが △ ねぎ(加西産) □ さとう △ さば △ こいくちしょうゆ △ にら △ にんじん(加西産) △ しょうが △ ねぎ(加西産)	○ たら □ でんぶん △ あぶら △ にんじん(加西産) △ ねぎ △ れんこん △ しょうが △ トマトケチャップ △ トマトソース △ ねぎ(加西産) △ にんじん(加西産) △ こうちゅう △ ねぎ(加西産)	○ とりにく △ だいこん △ たまねぎ △ にんじん(加西産) △ ねぎ(加西産) △ トマトケチャップ △ トマトソース △ ねぎ(加西産) △ にんじん(加西産) △ こうちゅう △ ねぎ(加西産)	○ ポロニアステーキ ○ とうふ ○ やきぶた △ にんじん(加西産) △ たまねぎ △ ほししいたけ △ ねぎ(加西産) ○ わかめ	
○ とうふ ○ かまぼこ △ にんじん(加西産) △ たまねぎ △ えのきだけ △ ねぎ(加西産) にほしだし ○ だしこんぶ うすぐちしょうゆ しお	○ とうふ ○ かまぼこ △ にんじん(加西産) △ たまねぎ △ えのきだけ △ ねぎ(加西産) にほしだし ○ だしこんぶ うすぐちしょうゆ しお	○ とうふ ○ かまぼこ △ にんじん(加西産) △ たまねぎ △ えのきだけ △ ねぎ(加西産) △ ねぎ(加西産) △ にんじん(加西産) △ こうちゅう △ ねぎ(加西産)	○ とうふ ○ かまぼこ △ にんじん(加西産) △ たまねぎ △ えのきだけ △ ねぎ(加西産) △ ねぎ(加西産) △ にんじん(加西産) △ こうちゅう △ ねぎ(加西産)	○ とうふ ○ かまぼこ △ にんじん(加西産) △ たまねぎ △ えのきだけ △ ねぎ(加西産) △ ねぎ(加西産) △ にんじん(加西産) △ こうちゅう △ ねぎ(加西産)	○ とうふ ○ かまぼこ △ にんじん(加西産) △ たまねぎ △ えのきだけ △ ねぎ(加西産) △ ねぎ(加西産) △ にんじん(加西産) △ こうちゅう △ ねぎ(加西産)	○ とうふ ○ かまぼこ △ にんじん(加西産) △ たまねぎ △ えのきだけ △ ねぎ(加西産) △ ねぎ(加西産) △ にんじん(加西産) △ こうちゅう △ ねぎ(加西産)	○ とうふ ○ かまぼこ △ にんじん(加西産) △ たまねぎ △ えのきだけ △ ねぎ(加西産) △ ねぎ(加西産) △ にんじん(加西産) △ こうちゅう △ ねぎ(加西産)	○ とうふ ○ かまぼこ △ にんじん(加西産) △ たまねぎ △ えのきだけ △ ねぎ(加西産) △ ねぎ(加西産) △ にんじん(加西産) △ こうちゅう △ ねぎ(加西産)	○ とうふ ○ かまぼこ △ にんじん(加西産) △ たまねぎ △ えのきだけ △ ねぎ(加西産) △ ねぎ(加西産) △ にんじん(加西産) △ こうちゅう △ ねぎ(加西産)	○ とうふ ○ かまぼこ △ にんじん(加西産) △ たまねぎ △ えのきだけ △ ねぎ(加西産) △ ねぎ(加西産) △ にんじん(加西産) △ こうちゅう △ ねぎ(加西産)	
○ とりにく □ さといも(加西産) △ にんじん(加西産) △ ごぼう △ れんこん △ こんにゃく △ えだまめ にほしだし △ えのきだけ △ ねぎ(加西産) △ みりん ○ サラダあぶら さけ □ さとう	△ ほうれんそう △ もやし ○ あじつけひじき うすぐちしょうゆ △ さとう	△ ほうれんそう △ もやし ○ あじつけひじき うすぐちしょうゆ △ さとう	△ ほうれんそう △ もやし △ にんじん(加西産) ○ ちキンハム △ にんじん(加西産) △ こうちゅう △ ねぎ(加西産)	△ ほうれんそう △ もやし △ にんじん(加西産) ○ ちキンハム △ にんじん(加西産) △ こうちゅう △ ねぎ(加西産)	△ ほうれんそう △ もやし △ にんじん(加西産) ○ ちキンハム △ にんじん(加西産) △ こうちゅう △ ねぎ(加西産)	△ ほうれんそう △ もやし △ にんじん(加西産) ○ ちキンハム △ にんじん(加西産) △ こうちゅう △ ねぎ(加西産)	△ ほうれんそう △ もやし △ にんじん(加西産) ○ ちキンハム △ にんじん(加西産) △ こうちゅう △ ねぎ(加西産)	△ ほうれんそう △ もやし △ にんじん(加西産) ○ ちキンハム △ にんじん(加西産) △ こうちゅう △ ねぎ(加西産)	△ ほうれんそう △ もやし △ にんじん(加西産) ○ ちキンハム △ にんじん(加西産) △ こうちゅう △ ねぎ(加西産)	△ ほうれんそう △ もやし △ にんじん(加西産) ○ ちキンハム △ にんじん(加西産) △ こうちゅう △ ねぎ(加西産)	
26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	1月24日～30日は全国学校給食週間です！						
ごはん 牛乳 かつめし もちむぎめんじる やさいのあますあえ 【播磨】	ごはん 牛乳 ガーリックチキン ぼたんなんべふう くろまめサラダ 【丹波】	パン 牛乳・みかん たまねぎコロッケ レタススープ にんじんサラダ 【淡路】	ごはん 牛乳 さけのしおやき じやぶに ひじきまめ 【但馬】	ごはん 牛乳 あつあげのそぼろに さけかすいりみそしる こまつなツナあえ 【摂津】	～給食の献立を一部ご紹介～						
○ とんかつ □ あぶら △ ピーフシユールウ △ デミグラスソース △ トマトピューレ △ トマトソース △ こいくちしょうゆ □ さとう	○ とりにく しお こしょう △ こいくちしょうゆ △ さけ △ ねぎ(加西産)	○ たまねぎコロッケ □ あぶら	○ さけ しお	○ ミニあつあげ ○ とりにく △ ねぎ(播磨農高) △ こいくち △ さとう △ みりん △ うすぐち △ にんじん(加西産) △ こうちゅう △ ねぎ(加西産)	・26日(月) 【播磨地域の献立】 かためし ・27日(火) 【丹波地域の献立】 ぼたん鍋風 ・28日(水) 【淡路地域の献立】 玉ねぎ コロッケ ・29日(木) 【但馬地域の献立】 じゃぶ煮 ・30日(金) 【摂津地域の献立】 酒粕入り みそ汁	～給食の献立を一部ご紹介～					
○ もちむぎめん ○ あぶらあげ ○ かまぼこ △ ほししいたけ △ にんじん(加西産) △ たまねぎ(加西産) △ ねぎ(加西産) にほしだし ○ だしこんぶ うすぐちしょうゆ しお	○ ぶたにく △ さといも(加西産) △ にんじん(加西産) △ はくさい △ だいこん ○ やきどうふ △ えのきだけ △ みそ ○ あかみそ にほしだし	○ ぶたにく △ さといも(加西産) △ にんじん(加西産) △ はくさい △ だいこん △ ねぎ(加西産) △ にんじん(加西産) △ こうちゅう △ ねぎ(加西産)	○ さとう △ さとう △ みそ △ うすぐち △ にんじん(加西産) △ こうちゅう △ ねぎ(加西産)	○ ぶたにく ○ ちくわ ○ じゃがいも △ にんじん(加西産) △ みりん △ うすぐち △ にんじん(加西産) △ こうちゅう △ ねぎ(加西産)	・26日(月) 【播磨地域の献立】 かためし ・27日(火) 【丹波地域の献立】 ぼたん鍋風 ・28日(水) 【淡路地域の献立】 玉ねぎ コロッケ ・29日(木) 【但馬地域の献立】 じゃぶ煮 ・30日(金) 【摂津地域の献立】 酒粕入り みそ汁	～給食の献立を一部ご紹介～					
△ キャベツ(加西産) △ きゅうり △ にんじん(加西産) □ さとう △ うすぐち △ ゆずかじゅう	○ くろまめ △ ミックスピーンズ △ キャベツ △ コーン △ きゅうり △ しお △ コーンドレッシング	○ みかん △ ミックスピーンズ △ キャベツ △ コーン △ きゅうり △ しお △ コーンドレッシング	○ みかん △ ミックスピーンズ △ キャベツ △ コーン △ きゅうり △ しお △ コーンドレッシング	○ みかん △ ミックスピーンズ △ キャベツ △ コーン △ きゅうり △ しお △ コーンドレッシング	・26日(月) 【播磨地域の献立】 かためし ・27日(火) 【丹波地域の献立】 ぼたん鍋風 ・28日(水) 【淡路地域の献立】 玉ねぎ コロッケ ・29日(木) 【但馬地域の献立】 じゃぶ煮 ・30日(金) 【摂津地域の献立】 酒粕入り みそ汁	～給食の献立を一部ご紹介～					
24～30日 全国学校給食週間～兵庫五国の味めぐり～											

アレルゲンの表示

卵…鶏卵 小…小麦

(小)…調味料の原料小麦 乳…牛乳・乳製品

え…えび か…かに そ…そば

落…落花生 く…くるみ

(同一施設内で製造している食品は含みません)

※ 詳しい配合表が必要な場合は、学校に問い合わせください。

○…赤色の食品(体をつくるもとになるもの)

□…黄色の食品(エネルギーのもとになるもの)

△…緑色の食品(体の調子を整えるもの)

の日はスプーンがついています。

食品の配合等については、学校に問い合わせください。

物資の都合や警報等による給食の中止で、献立を変更する場合があります。

今月の栄養価

小学校

中学校

熱量(kcal)

620

743

たんぱく質(g)

24.7

29.2

脂質(g)

17.1

19.5