

令和7年度



予定献立表

鳥羽市学校給食単独校

日	曜	献立名	赤の食品（１・２群） おもに体をつくる	緑の食品（３・４群） おもに体の調子を整える	黄の食品（５・６群） おもにエネルギーになる	調味料・その他
8	木	しぎようしき 始業式				
9	金	わかめごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	わかめごはんのもと
		まつかぜやき	とりにく たまご みそ	ねぎ たまねぎ	パンこ さとう あぶら ごま	
		しらたまそうに	かまぼこ	にんじん だいこん はくさい こまつな	しらたまこ	しょうゆ さけ けずりぶし しお
12	月	せいじん ひ 成人の日				
13	火	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
		ひきにくカレー	とりにく ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん	じゃがいも あぶら	カレールウ ケチャップ ウスターソース しお こしょう
		フルーツのヨーグルトあえ	ヨーグルト	もも パイン バナナ りんご		
14	水	コッペパン ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		パン	
		クリームシチュー	とりにく ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん しめじ	じゃがいも あぶら バター こむぎこ	コンソメ こしょう しお
		だいこんサラダ		だいこん きゅうり にんじん とうもろこし	あぶら ごまあぶら さとう	しょうゆ しお す
15	木	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
		とりにくのてりやき こうはくなます	とりにく あぶらあげ	だいこん にんじん	さとう ごま	しょうゆ こしょう しお さけ みりん す
		ちくぜんに	ちくわ	ごぼう にんじん たけのこ こんにゃく しいたけ	さといも さとう あぶら	しょうゆ けずりぶし
16	金	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
		かつおのあますあえ	かつお	しょうが こんにゃく ねぎ	かたくりこ あぶら さとう ごま	さけ しょうゆ す みりん
		ぶたじる	ぶたにく みそ	だいこん にんじん ごぼう ねぎ はくさい		けずりぶし
19	月	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
		おやこに	とりにく たまご	にんじん たまねぎ ねぎ	さとう	さけ しょうゆ みりん けずりぶし
		ごまじゃこあえ	しらすぼし わかめ	キャベツ にんじん きゅうり	さとう ごま あぶら	す しょうゆ しお
20	火	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
		さけのちゃんちゃんやき	さけ みそ	たまねぎ にんじん キャベツ とうもろこし	さとう バター あぶら	しお こしょう さけ みりん
		いものこじる	あぶらあげ	こんにゃく にんじん ねぎ ごぼう しいたけ	さといも	しょうゆ さけ けずりぶし
21	水	こめこパン ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		パン	
		みそにこみうどん	とりにく かまぼこ みそ	たまねぎ にんじん ねぎ しいたけ	うどん さとう	しょうゆ みりん けずりぶし
		ツナサラダ	ツナ	キャベツ にんじん きゅうり	マヨネーズ	しお こしょう
22	木	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
		ホイコーロー	ぶたにく みそ	キャベツ にんじん たまねぎ こんにゃく ピーマン	さとう あぶら	さけ しょうゆ
		たまごいりコーンスープ	たまご	たまねぎ こまつな とうもろこし	あぶら	ちゅうかだし しお しょうゆ こしょう
23	金	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
		さばのカレーに	さば		さとう	しょうゆ カレーこ さけ
		さといもといかのにもの	いか	だいこん にんじん しいたけ こんにゃく たまねぎ	さとう さといも	みりん しょうゆ さけ けずりぶし
がつ か にち ぜんこくがっこうきゅうしきゅうかん 1月24日～30日 全国学校給食週間						
26	月	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
		てづくりあらめはるまき	ぶたにく あらめ	しいたけ にんじん	ごまあぶら あぶら さとう はるまきのかわ	しょうゆ さけ
		ちゅうかスープ	ベーコン	たまねぎ にんじん キャベツ	ごまあぶら	しょうゆ ちゅうかだし
27	火	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
		さかなのマヨネーズやき	メルルーサ	たまねぎ しめじ	マヨネーズ	さけ しお こしょう
		どさんこじる	みそ	もやし にんじん ねぎ とうもろこし キャベツ	じゃがいも バター	けずりぶし
28	水	コッペパン アシドミルク	アシドミルク		パン	
		てづくりハンバーグ	ぶたにく ぎゅうにゅう	たまねぎ キャベツ	パンこ あぶら	しお ウスターソース ケチャップ こしょう
		ポイルキャベツ	たまご	たまねぎ にんじん こまつな とうもろこし		コンソメ こしょう しお
29	木	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
		いりどうふ	とりにく たまご ちくわ とうふ	こんにゃく にんじん たまねぎ ねぎ	さとう あぶら	さけ しょうゆ けずりぶし
		ひじきとれんこんのごますあえ	ひじき	キャベツ にんじん れんこん とうもろこし	さとう ごまあぶら ごま	しょうゆ す
30	金	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		むぎごはん	
		さわらフライ ゆでキャベツ	さわら たまご	キャベツ	パンこ こむぎこ あぶら	しお こしょう ウスターソース
		けんちんじる	とうふ	こんにゃく にんじん ねぎ だいこん ごぼう		しょうゆ さけ けずりぶし

都合により献立を変更させていただくことがありますので、ご了承ください。