

1 月学校給食献立表

貝塚市学校給食会

2025年（令和7年）

月	火	水	木	金
げつ 1月の目標 ・感謝して 食べよう。 15日（水）米 22日（水）米	か 1月の目標 ・感謝して 食べよう。	すい 8 しぎょうしき 始業式	もく 9 1人1パック「まぐろ」 ブロッコリーと コーンの サラダ イタリアン スパゲッティ イタリアンスパゲッティ ブロッコリーとコーンのサラダ	きん 10 さばのみそに はくさいのもの ごはん はくさいのもの さばのみそに はくさいのもの
13 せいじん ひ 成人の日	14 てりやき ミートボール ごはん みそ汁に てりやきミートボール キャベツのスープに	15 ぶたにくと くきわかめの いためもの ごはん みそ汁に ぶたにくとくきわかめのいために みそ汁に	16 チンゲンサイの いためもの ごはん みそ汁に タンツォーメン チンゲンサイのいためもの	17 ★ヤンニョム チキン ごはん ごもく スープ ★ヤンニョムチキン ごもくスープ
20 ドレッシング ごはん クリーム シチュー クリームシチュー だいこんサラダ	21 もやしとにらの いためもの ごはん みそ汁に ツナだいずごはん ぶたじる もやしとにらのいためもの	22 さきやき ふじんづけ ごはん みそ汁に すきやきふじんづけ こうはくなます	23 スライス チーズ ごはん みそ汁に ピザソース だいこんとにらのスープ スライスチーズ	24 ちゅうか あえ ごはん みそ汁に マーボーどうふ ちゅうかあえ
27 わかさぎの からあげ ごはん みそ汁に ポトフ わかさぎのからあげ	28 ぶた キムチ ごはん みそ汁に ぶたキムチ わかめスープ	29 フルーツ コンポート カレーライス ふくじんづけ カレーライス ふくじんづけ フルーツコンポート	30 ミニゼリー ごはん みそ汁に ベーコンポテト コーンスープ ミニゼリー	31 いわしの かばやきふう ごはん みそ汁に いわしのかばやきふう ごまふうみみしる せつぶんまめ

★新献立です。※献立は内容を一部変更する場合があります。

2025年の節分は2月2日です

貝塚市内全校でかいづかもん（貝塚市内の農産物）を使っている日には、つげさんマークがついています。

今年度の給食週間のテーマ（1月24日～1月30日）

「世界の料理めぐり」

世界各国の料理を紹介します。



日	献立	おもにエネルギーの もとになる食品 【黄色のたべもの】	おもに体をつくる もとになる食品 【赤色のたべもの】	おもに体の調子を整える もとになる食品 【緑色のたべもの】	調味料・その他
9日 (木)	イタリアンスパゲッティ	小型コッペパン スパゲッティ	牛乳 ハム	玉ねぎ にんじん マッシュルーム	塩 コショウ ケチャップ ソース
	ブロッコリーとコーンのサラダ	油 ノンエッグマヨネーズ		ピーマン ブロッコリー コーン	コンソメ 塩
10日 (金)	さばのみそ煮	精白米 砂糖	牛乳 さば 白みそ 赤みそ	土しょうが	こいロしょうゆ 酒
	白菜の煮物	砂糖	鶏肉 平天 うすあげ	白菜 にんじん 春菊	うすロしょうゆ だし昆布 削り節
14日 (火)	キャベツのスープ煮	コッペパン 手亡豆	牛乳 チキンウインナー	キャベツ 玉ねぎ にんじん コーン	鶏がら ローリエ うすロしょうゆ
	照り焼きミートボール	砂糖 片栗粉	ミートボール	玉ねぎ しめじ	コンソメ 塩 コショウ こいロしょうゆ みりん
15日 (水)	みそ雑煮	精白米 もち 里芋	牛乳 焼き豆腐 鶏肉	大根 金時にんじん 水菜	削り節
	豚肉と茎わかめの炒め煮	油 砂糖 ごま油	かまぼこ 白みそ 豚肉 茎わかめ	にんじん	こいロしょうゆ 酒 削り節
16日 (木)	担仔麺	小型コッペパン ちゃんぽん麺	牛乳 豚ひき肉	玉ねぎ 土しょうが 緑豆もやし	こいロしょうゆ オイスターソース 酒 うすロしょうゆ
	チンゲン菜の炒め物	砂糖 ごま油 油		にら チンゲン菜 玉ねぎ にんじん コーン	中華スープ 鶏がら 削り節 コショウ コンソメ 塩 コショウ
17日 (金)	★ヤンニョムチキン	精白米 片栗粉 揚げ油 砂糖	牛乳 鶏肉		塩 コショウ みりん ケチャップ
	五目スープ		豚肉	白菜 にんじん 緑豆もやし	コチュジャン うすロしょうゆ コンソメ 塩
20日 (月)	クリームシチュー	コッペパン じゃがいも 油 小麦粉	牛乳 ベーコン 鶏肉 牛乳	えのきたけ 青ねぎ 土しょうが	コンソメ 塩 コショウ 鶏がら
	大根サラダ	バター 白花豆&白いんげんペースト 和風ドレッシング	生クリーム 茎わかめ	玉ねぎ にんじん コーン しめじ グリーンピース 大根 にんじん	鶏がら 塩 コショウ コンソメ
21日 (火)	ツナ大豆ごはん	精白米 すりごま 砂糖	牛乳 ツナ油漬け 大豆	にんじん 土しょうが	酒 こいロしょうゆ 削り節
	豚汁		豚肉 うすあげ 平天 みそ	大根 玉ねぎ にんじん しめじ	削り節
22日 (水)	もやしとにらの炒め物	油	ハム	青ねぎ こんにゃく 緑豆もやし にら えのきたけ	こいロしょうゆ 塩 コショウ
	すき焼き風煮	精白米 砂糖 油	牛乳 牛肉 焼き豆腐	白菜 玉ねぎ 糸こんにゃく 青ねぎ	こいロしょうゆ
23日 (木)	紅白なます	砂糖 すりごま	うすあげ	えのきたけ 春菊 大根 にんじん	うすロしょうゆ 酢 塩
	ピザソース	コッペパン オリーブ油 砂糖	牛乳 ベーコン	玉ねぎ にんにく マッシュルーム	トマトピューレ 塩 コショウ
24日 (金)	大根と鶏肉のスープ	片栗粉 油	鶏肉	トマト缶 バジル	ケチャップ
	スライスチーズ		スライスチーズ	大根 にんじん 白ねぎ しめじ チンゲン菜	鶏がら コンソメ うすロしょうゆ 酒 塩 コショウ
27日 (月)	マーボー豆腐	精白米 ごま油 砂糖 片栗粉	牛乳 豆腐 豚ひき肉 赤みそ	土しょうが 玉ねぎ たけのこ	こいロしょうゆ 豆板醤 鶏がら
	中華和え	春雨 砂糖 すりごま ごま油	赤だしみそ ハム	干しいたけ 青ねぎ キャベツ もやし にんじん	塩 コショウ こいロしょうゆ 酢
28日 (火)	ポトフ	コッペパン じゃがいも	牛乳 豚肉 フランクフルト	玉ねぎ 大根 キャベツ にんじん	鶏がら ローリエ コンソメ
	わかさぎのからあげ	揚げ油	わかさぎ(片栗粉付)		こいロしょうゆ 塩 コショウ
29日 (水)	豚キムチ	精白米 ごま油 砂糖 ねりごま	牛乳 豚肉	白菜キムチ 緑豆もやし 玉ねぎ	こいロしょうゆ
	わかめスープ		わかめ 卵	にんにく キャベツ にんじん えのきたけ	鶏がら うすロしょうゆ 塩 コショウ
30日 (木)	カレーライス	精白米 じゃがいも 油	牛乳 豚肉	青ねぎ 玉ねぎ にんじん 福神漬け	ガーリックパウダー カレールウ
	福神漬け	砂糖		りんご 黄桃缶 パイン缶	ソース 塩 コショウ
31日 (金)	フルーツコンポート				
	ベーコンポテト	コッペパン じゃがいも 油	牛乳 ベーコン	玉ねぎ	塩 コショウ
1月 (木)	コーンスープ	油	豚肉 卵	玉ねぎ にんじん クリームコーン	鶏がら うすロしょうゆ コンソメ
	ミニゼリー			コーン ミニゼリー(ぶどう・みかん)	塩 コショウ
2月 (金)	いわしのかば焼風	精白米 片栗粉 揚げ油 砂糖	牛乳 いわし		こいロしょうゆ 酒 みりん
	ごま風味みそ汁	ねりごま	豆腐 うすあげ わかめ みそ	大根 春菊 えのきたけ	削り節
3月 (土)	節分豆		節分豆		

★ は、新献立です。

今月の栄養価

	エネルギー	たんぱく質	脂質	ナトリウム (食塩相当量)	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維
	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(μgRAE)	(mg)	(mg)	(mg)	(g)
今月平均	631	23.8	20.1	2.4	316	77	1.8	188	0.52	0.56	22	4.0
文科省基準	650	21~33	14~22	2.0未満	350	50	3.0	200	0.40	0.40	25	4.5以上