

# 1月の予定献立表(Aブロック)



令和6(2024)年度

日曜	のみの	給食目標			こんだてメモ	
		給食回数	献立に関心をもって食べよう			
		16回	ざいりょうのはたらき			
		こんだて	ちからやねつになるもと(き)	ちやくになるもと(あか)	からだのちょうしをとのえるもと(みどり)	
9木	ヨーグルト	ごはん ポークストロガノフ キャベツときゅうりのサラダ	こめ あぶら さとう こむぎこ パター ごまあぶら	ヨーグルト ぶたにく なまクリーム	たまねぎ にんじん ピーマン しめじ にんにく しょうが トマト きゅうり キャベツ	<p><b>注目!ベジタブル</b> ~野菜をばくばく食べよう ベジぱくDAY~</p> <p>今月は ねぎ</p> <p><b>お正月献立</b></p> <p>お正月献立として、「だてまきふう卵焼き」と「白玉餅の雑煮」を提供します。</p> <p>今月は「きつねのホイテイ」という絵本から「白身魚のフライ」が登場します。くわしくは裏面をご覧ください。</p> <p>小学校6年生家庭科の授業とのコラボ給食が登場します。 16日 第十小 6-1 22日 南砂小 6-1 の6年生が考えた献立です。</p> <p><b>全国学校給食週間</b></p> <p>24日から31日まで「立川の給食を知ろう」をテーマに給食についてお知らせしていきます。くわしくは裏面を見てください。</p> <p><b>1月の立川産</b></p> <p>こまつな・にんじん・うど キャベツ・だいこん・ねぎ はくさい・しいたけ トマト(トマトピューレ) はくさい(キムチ)</p>
10金	にゅう	ごはん とうふとねぎのつくねやき やさいのごまいため じゃがいもとみずなのみそしる デコボン	こめ さとう でんぱん ごま あぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう とりにく とうふ ひじき みそ	ねぎ えのきたけ こまつな もやし にんじん はくさい たまねぎ しめじ みずな デコボン	
14火	にゅう	ゆかりごはん だてまきふうたまごやき かわりきんぴら しらたまもちのぞうに	こめ さとう あぶら しらたまもち さといも	ぎゅうにゅう たまご はんぺん とりにく あぶらあげ	ゆかり ごぼう にんじん れんこん こんにやく はくさい だいこん みずな しいたけ	
15水	にゅう	ミルクパン しろみずかなのフライ マッシュポテト カレースープ	ミルクパン こむぎこ パンこ あぶら じゃがいも バター	ぎゅうにゅう ホキ ウインナー	にんにく キャベツ にんじん たまねぎ ほうれんそう とうもろこし セロリー	
16木	にゅう	わかめごはん ぶたにくのしょうがやき ほうれんそうとベーコンのソテー うどとさつまいものみそしる	こめ さとう さつまいも	わかめ ぎゅうにゅう ぶたにく ベーコン みそ	しょうが ほうれんそう もやし とうもろこし うど こんにやく だいこん えのきたけ	
17金	にゅう	☆ジャージャーめん もやしとにらのスープ サターアングギー	ちゅうかめん あぶら でんぱん ごまあぶら さとう ホットケーキミックス	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず みそ	たけのこ にんじん たまねぎ しいたけ ねぎ にんにく しょうが もやし にら きくらげ	
20月	にゅう	ぶたにくのねぎしおあんかけごはん こんにやくのごまいため ☆ぶどうのサイダーポンチ	こめ あぶら さとう でんぱん ごまあぶら ごま ぶどうゼリー サイダーゼリー サイダー	ぎゅうにゅう ぶたにく	たまねぎ もやし チンゲンサイ ねぎ こねぎ にんにく こんにやく ピーマン にんじん	
21火	にゅう	ごはん ししゃものいそべあげ しらたきのピリからいため とうふのうまに	こめ こむぎこ あぶら ごまあぶら さとう でんぱん	ぎゅうにゅう ししゃも あおのり ぶたにく とうふ	しらたき こねぎ にんじん にんにく しょうが さいいんげん はくさい たまねぎ ねぎ	
22水	にゅう	ぎっくごはん さばのからあげ にんじんとちりめんじゃこのいためもの だいこんとわかめのみそしる	こめ ごこくまい でんぱん あぶら ごまあぶら さとう	ぎゅうにゅう さば ちりめんじゃこ わかめ あぶらあげ とうふ みそ	しょうが にんじん れんこん だいこん たまねぎ ねぎ えのきたけ しめじ	
23木	にゅう	☆きなこトースト シーフードシチュー ブロッコリーとキャベツのサラダ	しょくパン パター さとう あぶら こむぎこ ごまあぶら	きなこ ぎゅうにゅう えび いか ほたて チーズ なまクリーム	にんじん たまねぎ パセリ キャベツ ブロッコリー きゅうり とうもろこし	
24金	にゅう	ごはん あげぎょうぎ(2こ) はるさめとひきにくのちゅうかいため ふゆやさいたつぷりチゲ	こめ あぶら はるさめ さとう ごまあぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう ぎょうぎ ぶたにく とうふ みそ	にら にんじん もやし とうもろこし にんにく しょうが キムチ だいこん はくさい ほうれんそう ねぎ	
27月	にゅう	たちかわトマトのナポリタン スティックだいがくいも とりにくとやさいのジンジャースープ	スパゲッティ あぶら さとう さつまいも ごま でんぱん	ベーコン チーズ ぎゅうにゅう とりにく	たまねぎ にんじん ピーマン トマト キャベツ セロリー チンゲンサイ しょうが	
28火	にゅう	こうやとうふのふわふわたまごどん きのこじり りんごゼリー	こめ あぶら さとう でんぱん りんごゼリー	ぎゅうにゅう とりにく こうやとうふ たまご ぶたにく	たまねぎ にんじん こねぎ だいこん ねぎ こんにやく しいたけ しめじ えのきたけ みずな	
29水	にゅう	パンキンパン ウインナーとブロッコリーのグラタン てづくりミートボールのスープ	パンキンパン マカロニ あぶら こむぎこ パター パンこ でんぱん じゃがいも	ぎゅうにゅう ウインナー チーズ とりにく	ブロッコリー たまねぎ ねぎ しょうが にんじん	
30木	にゅう	とりにくとうどのまぜごはん ちくわのカレーあげ(2本) ふゆやさいのみそしる デコボン	こめ さとう あぶら こむぎこ さといも	とりにく だいず ぎゅうにゅう ちくわ みそ	にんじん うど しょうが だいこん ほうれんそう はくさい デコボン	
31金	にゅう	ホットケーキ りんごジャム だいこんとキャベツのサラダ とうにゅうスープ	ホットケーキミックス バター さとう あぶら りんごジャム じゃがいも こむぎこ	ぎゅうにゅう たまご ベーコン とうにゅう	キャベツ ブロッコリー だいこん とうもろこし にんじん たまねぎ	

\*都合により献立が変更になることもあります。  
\*学校給食では、様々な食品を使用します。  
\*今まで食べたことがない食品がある場合には、ご注意ください。

\*立川市学校給食における食物アレルギー対応方針は  
ホームページからご覧になれます。  
下記QRコードからアクセスしてください。



立川市学校給食における  
食物アレルギー対応方針

阪神・淡路大震災から30年

## 災害時の『食』を備えましょう

家族の好みや状況によって必要な物は  
異なります。家庭で備蓄リストを作成し、  
必要な物を準備しておきましょう。



## 西調理場<<みんなのくるりんキッチン>>

各学校の6年生のリクエストを  
★マークで示しています。  
来月もお楽しみに♪



### 今月のリクエスト給食

- ☆ジャージャー麺...柏小 第十小  
新生小 若葉台小
- ☆ぶどうのサイダーポンチ...幸小
- ☆きなこトースト...西砂小