



# 徳島市小学校給食予定献立表

令和6年 1月分

徳島市教育委員会

日 曜	献立内容	材 料 名 (食 品 名)		
		赤 血や肉や骨に なるもの	緑 体 調子を 整えるもの	黄 働 力や熱に なるもの
9 火	ごはん 牛乳 ぶりのてり焼き 塩昆布あえ さつま汁	牛乳 ぶりのてり焼き 塩昆布 豚肉 とうふ 赤みそ 白みそ	はくさい にんじん ごぼう ねぎ	精白米 強化米 さつまいも
10 水	ごはん 牛乳 ポークビーンズ 大根サラダ オニオンドレッシング	牛乳 大豆 大福豆 金時豆 豚肉 ベーコン	たまねぎ にんじん パセリ トマトピューレ 大根 きゅうり とうもろこし	精白米 強化米 じゃがいも 油 バター さとう 生クリーム オニオンドレッシング
11 木	(麦ごはん) 牛乳 親子丼 阿波っ子ナムル ミックスナッツ	牛乳 とり肉 かまぼこ 卵 わかめ	にんじん たまねぎ 干しいたけ ねぎ 小松菜 もやし すだち酢	精白米 強化米 押麦 さとう ごま油 ナッツ ピーナッツ
12 金	ごはん 牛乳 里芋コロッケ ウスターソース 野菜いため 豆乳プリンタルト	牛乳 豚肉 いか	しょうが キャベツ たまねぎ にんじん さやいんげん ヤングコーン	精白米 強化米 里芋コロッケ 油 ごま油 豆乳プリンタルト
15 月	ごはん 牛乳 さんまのかんろ煮 ゆかりづけ 豚肉とごぼうの炒め煮	牛乳 さんまのかんろ煮 豚肉 さつまあげ	キャベツ ゆかり ごぼう こんにゃく にんじん さやいんげん	精白米 強化米 さとう 油 白ごま
16 火	ごはん 牛乳 八宝菜 春巻き	牛乳 豚肉 えび いか うずら卵 春巻き	しょうが にんじん たまねぎ はくさい ヤングコーン チンゲンサイ ガーリックパウダー	精白米 強化米 油 ごま油 てんぷん
17 水	ごはん 牛乳 とり肉とこんにゃくのみそ煮 きゅうりとわかめの酢の物 型抜きチーズ	牛乳 とり肉 がんもどき 赤みそ ちりめん わかめ チーズ	しょうが こんにゃく ごぼう にんじん さやいんげん きゅうり	精白米 強化米 油 さとう
18 木	(麦ごはん) 牛乳 カレーライス ヨーグルトあえ	牛乳 豚肉 脱脂粉乳 ヨーグルト	たまねぎ にんじん グリーンピース ガーリックパウダー みかん パイン 黄桃	精白米 強化米 押麦 じゃがいも カレールウ 油
19 金	ごはん 牛乳 れんこんのはさみ揚げ ブロッコリー ウスターソース えびとほうれん草のスープ	牛乳 えび とうふ	れんこんのはさみ揚げ ブロッコリー ほうれん草 たまねぎ とうもろこし にんじん	精白米 強化米 油 ごま油 てんぷん
22 月	ごはん 牛乳 さばのみそ煮 ひじきのいため煮	牛乳 さば 赤みそ とり肉 ひじき がんもどき 大豆	しょうが たまねぎ こんにゃく にんじん さやいんげん	精白米 強化米 さとう 油
23 火	ごはん 牛乳 野菜のクリーム煮 ホウレン草オムレツ ケチャップ	牛乳 とり肉 ベーコン ホウレン草オムレツ	たまねぎ にんじん はくさい ブロッコリー	精白米 強化米 じゃがいも 油 ポターージュの素 生クリーム ベシメルソース
24 水	(ごはん) 牛乳 阿波のかきあげ丼 かきあげ丼たれ ふしめん汁	牛乳 ちくわ ちりめん わかめ 卵	たまねぎ キャベツ にんじん 干しいたけ ねぎ	精白米 強化米 さつまいも 小麦粉 てんぷん 油 ふしめん
25 木	麦ごはん 牛乳 肉じゃが おひたし 黒砂糖	牛乳 豚肉 ちくわ 花かつお 大豆	にんじん たまねぎ こんにゃく さやいんげん はくさい 小松菜	精白米 強化米 押麦 じゃがいも 油 さとう 黒砂糖
26 金	食パン いちごジャム 牛乳 スパゲティミートソース 花野菜サラダ ごまドレッシング	牛乳 牛肉 豚肉	たまねぎ にんじん マッシュルーム グリーンピース ガーリックパウダー トマトピューレ カリフラワー ブロッコリー とうもろこし	食パン いちごジャム スパゲティ 油 ごまドレッシング
29 月	ごはん 牛乳 あじのフライ ミニトマト ウスターソース そば米汁	牛乳 あじのフライ とり肉 とうふ ちくわ 油揚げ	ミニトマト にんじん 干しいたけ ねぎ	精白米 強化米 油 そば米
30 火	(ごはん) 牛乳 牛丼 すだち酢あえ 青りんごゼリー	牛乳 牛肉 かまぼこ ちりめん	こんにゃく たまねぎ ねぎ キャベツ にんじん 小松菜 すだち酢	精白米 強化米 油 さとう 青りんごゼリー
31 水	ごはん 牛乳 マーボー豆腐 揚げぎょうざ はるか	牛乳 豚肉 とうふ 赤みそ ぎょうざ	にんじん たまねぎ たけのこ グリーンピース ねぎ しょうが ガーリックパウダー はるか	精白米 強化米 油 さとう ごま油 てんぷん ラー油

は、「食育の日」の献立です。徳島県産のれんこんやほうれん草を使用しています。徳島県は、関西の台所とよばれるほど、食材の種類が豊富です。徳島県の旬の野菜のおいしさを味わいましょう。

の1月24日から30日は全国学校給食週間です。徳島県でつくられた食材や旬の食材をたっぷり使った献立のほか、徳島の郷土料理が登場します。