



# 徳島市小学校給食予定献立表

令和7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 体の調子を 整えるもの	黄 働く力や熱に なるもの
8	水	ごはん 牛乳 ぶりのてり焼き 塩昆布あえ 豚汁	牛乳 ぶりのてり焼き 塩昆布 豚肉 どうふ 油揚げ 赤みそ 白みそ	はくさい にんじん ごぼう 大根 ねぎ	精白米 強化米
9	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 にんにく みかん バイン 黄桃	精白米 強化米 押麦 じゃがいも カレールウ 油
10	金	ごはん 牛乳 枝豆の豆腐ミンチカツ ばんさんすう 卵	牛乳 枝豆の豆腐ミンチカツ ロースハム きんし卵	キャベツ きゅうり にんじん	精白米 強化米 油 はるさめ さとう ごま油
14	火	ごはん 牛乳 オイスターソースいため 小さいわしのフライ	牛乳 豚肉 小さいわしフライ	しょうが にんにく にんじん たまねぎ キャベツ 小松菜	精白米 強化米 油 さとう
15	水	ごはん 牛乳 どうふの中華風煮 大根サラダ ごまドレッシング	牛乳 どうふ えび 豚肉	たまねぎ にんじん にんにく 干しいたけ えだまめ 大根 きゅうり とうもろこし	精白米 強化米 油 さとう でんぶん ごま油 ごまドレッシング
16	木	麦ごはん 牛乳 はんぺんのカレー揚げ 卵 ポイルキャベツ ウスターソース さつま汁	牛乳 はんぺん 卵 豚肉 どうふ 赤みそ 白みそ	キャベツ にんじん ごぼう ねぎ	精白米 強化米 押麦 小麦粉 油 さつまいも
17	金	ごはん 牛乳 ゆずみそおでん 厚焼き卵	牛乳 とり肉 がんもどき こんぶ ゆずみそ 赤みそ 厚焼き卵	大根 にんじん こんにゃく ゆず酢	精白米 強化米 さといも さとう
20	月	ごはん 牛乳 ホキフライ ポイルキャベツ ウスターソース かに入リスープ 卵・かに	牛乳 ホキフライ かに身	キャベツ たけのこ たまねぎ にんじん ねぎ	精白米 強化米 油 はるさめ
21	火	ごはん 牛乳 肉じゃが ごまあえ	牛乳 豚肉 ちくわ	にんじん たまねぎ こんにゃく えだまめ はくさい	精白米 強化米 じゃがいも 油 さとう 白ごま
22	水	(ごはん) 牛乳 親子丼 卵 すだち酢あえ ミックスナッツ	牛乳 とり肉 かまぼこ 卵 ちりめん	にんじん たまねぎ ねぎ 干しいたけ キャベツ 小松菜 すだち酢	精白米 強化米 さとう ナッツ ピーナッツ
23	木	麦ごはん 牛乳 八宝菜 ポークしゅうまい	牛乳 豚肉 えび いか ポークしゅうまい	しょうが にんじん たまねぎ はくさい ヤングコーン えだまめ にんにく	精白米 強化米 押麦 油 ごま油 でんぶん さとう
24	金	あげパン 牛乳 肉だんごのてり煮 野菜スープ	牛乳 肉団子のてり煮 とり肉	にんじん たまねぎ キャベツ ねぎ	パン 油 さとう
27	月	ごはん 牛乳 さばのみそ煮 五目いため	牛乳 さば 赤みそ 豚肉 大豆 さつまあげ	しょうが たまねぎ れんこん にんじん こんにゃく グリンピース	精白米 強化米 油 さとう ごま油 白ごま
28	火	(ごはん) 牛乳 阿波のかきあげ丼 卵 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 でんぶん 油 ふしめん
29	水	ごはん 牛乳 厚揚げのそぼろ煮 おひたし ヨーグルトレーズン	牛乳 豚肉 厚揚げ ちくわ 花かつお	しょうが こんにゃく にんじん たまねぎ えだまめ はくさい ほうれん草 ヨーグルトレーズン	精白米 強化米 さとう 油
30	木	麦ごはん 牛乳 大豆ごぼうミンチカツ ポイルキャベツ ウスターソース そば米汁 そば米	牛乳 大豆ごぼうミンチカツ とり肉 どうふ ちくわ 油揚げ	キャベツ にんじん 干しいたけ ねぎ	精白米 強化米 押麦 油 そば米
31	金	ごはん 牛乳 野菜のクリーム煮 ほうれん草オムレツ	牛乳 とり肉 ベーコン ほうれん草オムレツ	たまねぎ にんじん はくさい ブロッコリー	精白米 強化米 油 じゃがいも ポタージュの素 ベシヤメルソース

☐は、食育の日の献立です。徳島県産のゆずを使用した「ゆずみそおでん」を実施します。あたたかいおでんが寒い冬でも体を温めてくれます。

☐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。