

# 徳島市小学校給食予定献立表

令和4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	
11	火	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 油揚げ 赤みそ 白みそ	キャベツ にんじん ごぼう 大根 ねぎ	精白米 強化米 さつまいも	
12	水	ごはん 牛乳 れんこんのいため煮 おひたし プリン	牛乳 豚肉 さつまあげ	れんこん にんじん こんにゃく さやいんげん はくさい ほうれん草	精白米 強化米 油 白ごま さとう ごま油 プリン	
13	木	ごはん 牛乳 ふりかけ (しそかつお)	牛乳 いかのフリッター ポイルキャベツ ウスターソース かきたまスープ	牛乳 いかのフリッター とり肉 卵 とうふ わかめ	キャベツ にんじん たまねぎ	精白米 強化米 油
14	金	食パン 牛乳 メープルジャム	牛乳 大豆 金時豆 花野菜サラダ マヨネーズ	たまねぎ にんじん パセリ 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 メープルジャム じゃがいも 油 バター さとう 生クリーム マヨネーズ	
17	月	ごはん 牛乳 いわしのかんろ煮 はくさいの付け合わせ とり肉とこんにゃくのみそ煮	牛乳 いわしのかんろ煮 とり肉 がんもどき 赤みそ	はくさい しょうが こんにゃく ごぼう にんじん グリンピース	精白米 強化米 油 さとう	
18	火	玄米ごはん 牛乳 のり佃煮 春巻き	牛乳 のり佃煮 豚肉 春巻き	しょうが にんにく にんじん たまねぎ たけのこ キャベツ 小松菜	精白米 強化米 玄米 油 さとう	
19	水	ごはん 牛乳 とり肉のねぎソースあえ 徳島たっぷりみそ汁	牛乳 とり肉 とうふ 油揚げ わかめ 赤みそ 白みそ	ねぎ 大根 にんじん 生しいたけ	精白米 強化米 でんぶん 油 さとう ごま油 白ごま さつまいも	
20	木	(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 グリンピース にんにく みかん パイン 黄桃	精白米 強化米 じゃがいも カレールウ 油	
21	金	ごはん 牛乳 とうふの中華風煮 野菜サラダ コールスロートレッシング	牛乳 とうふ えび 豚肉	たまねぎ にんじん 干しいたけ えだまめ にんにく キャベツ 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 コールスロートレッシング	
24	月	ごはん 牛乳 さわらのフライ ポイルキャベツ ウスターソース そば米汁	牛乳 さわらのフライ とり肉 とうふ ちくわ 油揚げ	キャベツ 大根 にんじん 干しいたけ ねぎ	精白米 強化米 油 そば米	
25	火	(麦ごはん) 牛乳 フィッシュカツ丼 阿波っ子ナムル ミックスナッツ	牛乳 フィッシュカツ 卵 わかめ	にんじん たまねぎ 生しいたけ 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	
26	水	ごはん 牛乳 肉じゃが 大豆とちりめんのあげ煮	牛乳 豚肉 ちくわ 大豆 ちりめん	にんじん たまねぎ こんにゃく さやいんげん しょうが	精白米 強化米 じゃがいも 油 さとう でんぶん 白ごま	
27	木	ごはん 牛乳 味付けのり (はも風味)	牛乳 味付けのり 牛肉 焼き豆腐 花かつお	こんにゃく たまねぎ にんじん はくさい 京ねぎ きゅうり レモン	精白米 強化米 もち麩 油 さとう	
28	金	あげパン 牛乳 ほうれん草オムレツ ケチャップ 野菜スープ	牛乳 ほうれん草オムレツ とり肉 ベーコン わかめ	にんじん たまねぎ キャベツ 水菜 とうもろこし	パン 油 さとう	
31	月	ごはん 牛乳 さばのみそ煮 豚肉とごぼうのいため煮	牛乳 さば 赤みそ 豚肉 さつまあげ	しょうが たまねぎ 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	

☐は、「食育の日」の献立です。徳島県産のとり肉と渭東ねぎを使った「とり肉のねぎソースあえ」と徳島のさつまいも・大根・生しいたけわかめなどを使った「徳島たっぷりみそ汁」を実施します。

☐の、1月24日から30日は全国学校給食週間です。新鮮な地場産物を多く取り入れ、郷土料理も実施します。

また、新型コロナウイルス感染症に関する国の経済対策の補助事業として、18日は「のり佃煮」、19日は「わかめ」、24日は「さわらのフライ」、27日は「味付けのり(はも風味)」、「和牛肉」といった徳島の食材を使用します。