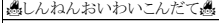


1月 卵・乳除去食 予定献立 (おもて)

2026年 1月
白井市学校給食センター

こんげつのもくひょう「きゅうしょくについてかんがえよう」

TEL:047-492-1081

日	主食・おかず・デザート・その他	使われている材料	加工品(※)のアレルゲン特定原材料 28品目
			
	ごはん	米	
8 (木)	おいしいこうはくしらたまじる まつかぜやき きんぴらごぼう だいだいのパバロア	鶏肉、酒、人参、大根、えのき、小松菜、※①白玉、醤油、みりん、塩、かつおだし、※②昆布だし ※松風焼き ごぼう、人参、※さつま揚げ、こんにゃく、枝豆、白いりごま、サラダ油、酒、砂糖、みりん、かつおだし、醤油 ※だいだいのパバロア	※①大豆 ※②- ※鶏肉、小麦、大豆、ごま ※- ※大豆
	むぎごはん	米、大麦	
9 (金)	ボークハヤシ チキンナゲット(2こ) キャベツのさんしよくサラダ	サラダ油、にんにく、豚肉、赤ワイン、玉ねぎ、人参、じゃが芋、マッシュルーム、ケチャップ、※①デミグラスソース、※②ハヤシルウ、グリーンピース、塩、こしょう ※チキンナゲット キャベツ、人参、きゅうり、とうもろこし、※ハーブ&スパイス塩こうじ、酢、サラダ油、塩、砂糖	※①小麦、鶏肉 ※②小麦 ※鶏肉、小麦、豚肉、大豆 ※-
	にこみそラーメン あげぎょうざ きりぼしだいこんとツナのごまサラダ かぼちゃマフィン	※①ラーメン、サラダ油、にんにく、しょうが、※②豆板醤、豚肉、人参、キャベツ、にら、もやし、長ねぎ、とうもろこし、砂糖、醤油、赤味噌、※③味噌ラーメンスープの素、こしょう ※あげぎょうざ、サラダ油 ツナ、切干大根、きゅうり、人参、醤油、砂糖、サラダ油、酢、白いりごま ※かぼちゃマフィン	※①小麦 ※②大豆 ※③大豆、豚肉、ごま ※豚肉、大豆、ごま、小麦、鶏肉、ゼラチン ※大豆
	むぎごはん	米、大麦	
14 (水)	サムゲタンふうスープ ビビンバ(にくのいために) もやしとえだまめのナムル	鶏肉、酒、大根、人参、ごぼう、椎茸、玉ねぎ、玄米、長ねぎ、しょうが、※①中華スープの素 ※②チキンブイオン、こしょう、塩 豚肉、しょうが、にんにく、砂糖、みりん、醤油、※豆板醤、赤味噌、ごま油 もやし、人参、枝豆、醤油、酢、塩、こしょう、ごま油、白いりごま	※①大豆、鶏肉、豚肉、ごま ※②鶏肉 ※大豆 ※大豆
	ソフトフランスパン	※ソフトフランスパン	※小麦
15 (木)	ラビオリトマトに あじのマスタードパンこやき コーンポテト いちごジャム	※①ラビオリ、豚肉、赤ワイン、玉ねぎ、人参、キャベツ、ケチャップ、トマト、※②トマトビュレ、※③トマトミックスソース、※④中濃ソース、ブロッコリー、にんにく、こしょう、塩、コンソメ、砂糖、サラダ油 ※あじのマスタードパン粉焼き ※ウインナー、じゃが芋、とうもろこし、パセリ、塩、ブラックペッパー、コンソメ、オリーブオイル ※いちごジャム	※①小麦、豚肉 ※②- ※③大豆、鶏肉 ※④りんご ※大豆、小麦 ※豚肉 ※-
	ごはん	米	
16 (金)	カレーに どうふハンバーグてりやきソース おかめあえ	サラダ油、豚肉、酒、玉ねぎ、じゃが芋、こんにゃく、人参、※さつま揚げ、枝豆、ケチャップ、砂糖、醤油、カレー粉、かつおだし ※豆腐ハンバーグ、砂糖、みりん、醤油、でんぶ キャベツ、小松菜、もやし、人参、サラダ油、酢、醤油、※味付けおかめ	※- ※鶏肉、大豆、豚肉、小麦 ※小麦、大豆
	わかめごはん	米、※わかめごはんの素	※-
19 (月)	いもだんごじる とりにくのかおりやき いんげんとひきにくのいために	椎茸、人参、大根、ごぼう、※①油揚げ、小松菜、長ねぎ、※②いもだんご、酒、みりん、かつおだし、醤油、塩 鶏肉、にんにく、砂糖、醤油、ごま油、白いりごま、※しちみどりがらし さやいんげん、人参、豚肉、※春雨、玉ねぎ、生姜、サラダ油、かつおだし、酒、みりん、醤油	※①大豆 ※②小麦 ※ごま ※-
	★かみかみこんだて★		
20 (火)	スパゲティナポリタン いなかツ れんこんとえだまめのあえもの とうにゅうプリンタルト	※①スパゲティ、サラダ油、※②ウインナー、豚肉、にんにく、玉ねぎ、人参、ピーマン、エリンギ、塩、こしょう、※③トマトミックスソース、ケチャップ、※④トマトビュレ、赤ワイン、※⑤中濃ソース、砂糖 ※いなかツ、サラダ油 れんこん、枝豆、とうもろこし、※ごまドレッシング ※豆乳プリンタルト	※①小麦 ※②豚肉 ※③大豆、鶏肉 ※④- ※⑤りんご ※いなか、小麦、大豆 ※ごま、大豆 ※大豆
	ごはん	米	
21 (水)	こんさいキムチじる とりそぼろどんぐ しおだれキャベツ	豚肉、酒、サラダ油、大根、人参、ごぼう、じゃが芋、長ねぎ、こんにゃく、※①豆腐、※②油揚げ、※③キムチ、※④和風だしの素、みりん、白味噌 鶏肉、大豆、サラダ油、生姜、人参、枝豆、醤油、砂糖、酒、みりん キャベツ、もやし、きゅうり、にんにく、みりん、※中華スープの素、塩、ブラックペッパー、ごま油、白いりごま	※①大豆 ※②大豆 ※③- ※④- ※大豆、鶏肉、豚肉、ごま
	いもけんぴこざかな(中学生のみ) ソフトフランスパン	※いもけんぴ小魚 ※ソフトフランスパン	※- ※小麦
22 (木)	ほうれんそうのとうにゅうスープ やさしいコロッケ ブロッコリーとウインナーのソテー	鶏肉、人参、さつま芋、玉ねぎ、しめじ、ほうれんそう、米粉、コンソメ、塩、こしょう、※豆乳、サラダ油 ※①野菜コロッケ、サラダ油、※②中濃ソース ブロッコリー、とうもろこし、エリンギ、※ウインナー、塩、こしょう、にんにく、オリーブオイル、醤油、コンソメ	※大豆 ※①小麦、大豆 ※②りんご ※豚肉
	ごはん	米	
23 (金)	マーボーもやし はるまき フルーツとうにゅうあんこん	※①豆腐、豚肉、酒、大豆、サラダ油、生姜、にんにく、もやし、人参、長ねぎ、にら、たけのこ、椎茸、赤味噌、※②豆板醤、砂糖、醤油、※③中華スープの素、でんぶ、ごま油 ※春巻き、サラダ油 ※豆乳杏仁豆腐、バイン、みかん、黄桃	※①大豆 ※②大豆 ※③大豆、鶏肉、豚肉、ごま ※豚肉、大豆、小麦、ごま、鶏肉 ※大豆
	★★★ 1月24日から30日は『全国学校給食週間』です ★★★		
	▲きゅうしょくのはじまり▲ 学校給食はお弁当を持ってこれない子どものために、明治22年に始まりました。当時は「おにぎり・塩ざけ・漬物」という献立だったそうです。		
26 (月)	げんまいいりごはん とんじる ぎんざけのしおやき ちぐさあえ きゅうしょくしゅうかんゆずゼリー	米、玄米 豚肉、酒、※①豆腐、大根、人参、こんにゃく、ごぼう、じゃが芋、小松菜、かつおだし、※②昆布だし、白味噌、赤味噌 ※銀鮭のしおやき キャベツ、ほうれんそう、もやし、人参、※油揚げ、酢、醤油、砂糖、ごま油、白いりごま ※給食週間ゆずゼリー	※①大豆 ※②- ※さけ ※大豆 ※-
	＼むかしのきゅうしょく～しょうわ30ねんだい～＼	今も昔も給食の人気メニューの一つ、揚げパン。昭和30年代ごろから給食に登場し始めました。	
	あげパンシュガー	※プレーンパン、サラダ油、砂糖	※小麦
27 (火)	じゃがいものポトフ かぼちゃのサラダ とうにゅうプリン	豚肉、※①ウインナー、人参、キャベツ、じゃが芋、玉ねぎ、セロリー、パセリ、※②チキンブイオン、コンソメ、醤油、サラダ油、塩、こしょう かぼちゃ、きゅうり、とうもろこし、砂糖、醤油、酢、サラダ油 ※豆乳プリン	※①豚肉 ※②鶏肉 ※大豆
	★じものとめくみまんきつこんだて★ 温暖な気候と大地に恵まれ、海に囲まれた千葉県では様々な食材がとれます。地元の食材を味わいましょう。		
28 (水)	ごはん 白井市産じねんじょいりけんちんじる ぶたどんぐ 白井市産ほうれんそうのわふうサラダ	米 鶏肉、酒、ごぼう、人参、大根、こんにゃく、※①豆腐、自然薯、長ねぎ、かつおだし、※②昆布だし、塩、醤油、みりん 豚肉、酒、玉ねぎ、生姜、こしょう、醤油、みりん、砂糖、サラダ油 ほうれんそう、えのき、のり、醤油、砂糖、サラダ油、酢、こしょう	※①大豆 ※②- ※大豆
	＼むかしのきゅうしょく～しょうわ50ねんだい～＼	昭和51年から米飯給食が始まりました。メニューも増え、カレーライスなどの米飯メニューが人気だったそうです。	
	むぎごはん	米、大麦	
29 (木)	チキンカレー あおなのソデー いちごとみかんのにしよくゼリー	鶏肉、赤ワイン、サラダ油、生姜、にんにく、玉ねぎ、人参、じゃが芋、※①チキンブイオン、※②ソテードオニオン、※③チャツネ、※④レトカリールウ、※⑤コータスカレールウ、米粉、※⑥中濃ソース、醤油、ガラムマサラ、マサラマインド、カレー粉 オリーブオイル、※ウインナー、人参、とうもろこし、小松菜、コンソメ、塩、こしょう ※いちごとみかんの二色ゼリー	※①鶏肉 ※②- ※③りんご ※④小麦、鶏肉、大豆 ※⑤小麦、豚肉、鶏肉、大豆、りんご ※⑥りんご ※豚肉 ※オレンジ

※1月30日(金)の献立は裏面に記載しています。

1月 卵・乳除去食 予定献立 (うら)

こんげつのもくひょう「きゅうしょくについてかんがえよう」

TEL:047-492-1081

日	主食・おかず・デザート・その他	使われている材料	加工品(※)のアレルゲン特定原材料28品目
30 (金)	♪きょうどりより〜ほっかいどう〜♪	その土地の風土や気候に合った食材を使い、地域で受け継がれてきた郷土料理。北海道の郷土料理、「どさんこ汁(貝だくさん汁)」と「ザンギ」の給食です。	
	ごはん	米	
	ぐだくさんじる	豚肉、酒、じゃが芋、もやし、人参、とうもろこし、こんにゃく、※①豆腐、小松菜、長ねぎ、※②油揚げ 白味噌、かつおだし、※③昆布だし、にんにく	※①大豆 ※②大豆 ※③-
	ささみのザンギ	鶏肉、生姜、にんにく、ごま油、酒、醤油、でんぷん、サラダ油	
	にんじんのマリネ	ツナ、人参、玉ねぎ、きゅうり、酢、サラダ油、砂糖、塩、こしょう、パセリ	

※「使われている材料」及び「加工品(※)のアレルゲン特定原材料28品目」で確認をしてください。

アレルゲン特定原材料28品目とは、えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生、くるみ、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、マカダミアナッツ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、アーモンドです。

※「醤油」は大豆と小麦、「白味噌、赤味噌」は大豆、「コンソメ」は鶏肉、豚肉が含まれています。