



令和7年 1月大矢野中学校献立表



今月の給食目標：感謝して食べよう。

日	曜	主食	牛乳	おかず	材料			エネルギー たんぱく質
					主にエネルギーになる	主に体の組織をつくる	主に体の調子を整える	
8		始業式 ホットドック		にらたまスープ えだまめサラダ	コッペパン 小麦粉(三温) 砂糖(三温)	スティックドック 卵 豆腐 普通牛乳(飲用)	たまねぎ にら えのきたけ きくらげ キャベツ きゅうり にんじん 枝豆むき実	627 30.0
9		お正月メニュー 麦ごはん		お雑煮 ぶりの照り焼き 紅白なます	米 精麦(ぶちまる君) 砂糖 でんぷん ごま 砂糖(三温) 白玉餅 さといも	普通牛乳(飲用) ぶり 鶏肉 かまぼこ かつお節	しょうが にんじん だいこん ほうれん草 こんぶ	837 34.8
10		りんご蒸しパン		ミネストローネ ジャーマンポテト	ホームケーキミックス バター 熊本県産薄力小麦粉 砂糖(三温) マカロニ(丸) ジャがいも オリーブ油	牛乳 普通牛乳(飲用) チーズ ベーコン	りんご キャベツ にんじん たまねぎ トマト缶 にんにく しめじ	633 17.9
成人の日								
14		受験生応援メニュー 勝つカレー		海藻サラダ	米 ジャがいも 油 ごま 砂糖	普通牛乳(飲用) 豚ヒレカツ かにかまフレーク	にんじん たまねぎ にんにく しょうが マンゴーチャツネ わかめ 海藻サラダ キャベツ きゅうり コーン	858 24.6
15		味の旅(山梨) 食パン		ほうとう ツナサラダ	食パン 砂糖	普通牛乳(飲用) 鶏肉 いらこ ツナ	かぼちゃ にんじん だいこん ごぼう こまつな コーン レモン果汁	548 25.0
16		麦ごはん		マーボー豆腐 中華サラダ	米 精麦(ぶちまる君) でんぷん 砂糖(三温) ごま油	普通牛乳(飲用) 豆腐 豚肉 蒸し挽き割り大豆 ハム 錦糸卵	にんじん たまねぎ たけのこ ねぎ にんにく しょうが もやし きゅうり	739 28.3
17		コッペパン		シチュー マカロニサラダ	コッペパン ジャがいも バター 油 ポタージュ マカロニ(丸) ジャがいも(乾) 砂糖(上白)	普通牛乳(飲用) 鶏肉 チーズ クリーム	にんじん たまねぎ パセリ ブロッコリー キャベツ きゅうり コーン	731 27.2
20		ふるさとくまさんデー(阿蘇) 高菜ご飯		だご汁 筑前煮	米 ごま 油 砂糖(三温) さといも 小麦粉(中力粉) 白玉粉 ジャがいも こんにゃく	削り節 卵 普通牛乳(飲用) 鶏肉 いらこ さつま揚げ いんげん	阿蘇たかな漬 にんじん ごぼう だいこん こまつな ねぎ しいたけ れんこん	814 29.6
21		麦ごはん		豆腐チゲ 牛肉コロッケ チーズサラダ	米 精麦(ぶちまる君) 砂糖(上白) 牛肉コロッケ 大豆白絞油(揚げ油用)	普通牛乳(飲用) 豚肉 あげ 豆腐 チーズ	白菜キムチ にらしめじ えのきたけ 白菜 にんじん キャベツ きゅうり	807 28.0
22		さつまいも蒸しパン		トマト煮 スパゲッティサラダ	さつまいも ホームケーキミックス 熊本県産薄力小麦粉 砂糖(三温) バター ジャがいも スパゲッティ 砂糖 油	牛乳 普通牛乳(飲用) 鶏肉 水煮大豆 枝豆むき身	にんじん たまねぎ しめじ おろししょうが キャベツ トマト缶 きゅうり レタス	781 25.4
23		麦ごはん		のっぺい汁 れんこんきんぴら 納豆	米 精麦(ぶちまる君) さといも こんにゃく でんぷん 油 砂糖 ごま油 ごま	普通牛乳(飲用) 豆腐 かつお節 納豆 さつまあげ	にんじん ねぎ だいこん ごぼう しいたけ こんぶ れんこん いんげん	687 24.5
24		熊本名物 丸パン		タイピーエン 鶏肉のにんにく焼き	丸パン はるさめ ごま油	普通牛乳(飲用) 豚肉 かまぼこ うずら卵 鶏肉	ねぎ たまねぎ にんじん 白菜 たけのこ きくらげ おろしにんにく	633 30.1
27		上天草の味 わかめご飯		湯島大根の味噌おでん おかか和え	米 こんにゃく さといも 砂糖(三温)	普通牛乳(飲用) 鶏肉 油揚げ ちくわ さつま揚げ かつお節	こんぶ にんじん だいこん 白菜 こんぶ もやし	660 35.2
28		昔の給食 麦ごはん		豆腐とわかめのみそ汁 手作りぶりかけ 塩さば	米 精麦(ぶちまる君) ごま 砂糖(三温) ごま油	豆腐 あげ かつお節 さば	たまねぎ わかめ えのきたけ ねぎ ひじき 梅干 たくあん漬 葉だいこん	679 30.0
29		懐かしの給食 あげぱん		ミートソーススパゲッティ 牛乳寒天	コッペパン 黄粉 砂糖(三温) 油 スパゲッティ バター オリーブ油	普通牛乳(飲用) 牛肉 豚肉 大豆 チーズ 牛乳	たまねぎ にんじん ピーマン マッシュルーム にんにく パセリ 寒天 みかん缶	988 36.9
30		昔の給食 麦ごはん		さつま汁 五目煮	米 精麦(ぶちまる君) 油 砂糖(三温) こんにゃく さつまいも	普通牛乳(飲用) 鶏肉 大豆 あげ 凍り豆腐 いんげん 豆腐 かたくちいわし(煮干) 豚肉	にんじん ごぼう たけのこ ねぎ しいたけ だいこん	823 31.3
31		ピザパン		ポトフ 棒々鶏	食パン 砂糖(三温) ジャがいも	ベーコン ミックスチーズ 普通牛乳(飲用) ウィンナー とりささ身	たまねぎ ピーマン コーン にんじん キャベツ しめじ パセリ きゅうり もやし	741 29.2

給食週間

※献立や使用する食材は都合により、変更になる場合があります。