



1月

予定献立表

令和7年度



石狩市学校給食センター
TEL: 62-8015
FAX: 72-2223

☆ 予定献立表について ☆

アレルギー対応食(28日)の献立と食材には補かけしています

- 牛乳（お茶）は、毎日つきます。・都合により、献立が変更になる場合があります。
- 太字は石狩産食材を示しています。
- （パン、ラーメンの小麦粉は石狩産を使用しています）
- 使用している海藻類はえび・かにの生息地で採取されたものです。
- そばは提供しておりませんが、使用している麺は一部そばを取り扱った工場で製造されています。
- 小学校のエネルギー (kcal) は、3・4年生のものを表示しています。

献立名		食材			献立名			食材		
		熱やエネルギーのもと (黄)	からだ(肉・骨)をつくる (赤)	からだの調子を整える (緑)			熱やエネルギーのもと (黄)	からだ(肉・骨)をつくる (赤)	からだの調子を整える (緑)	
15日 (木)	スパイシーカレー	ごはん じゃがいも・植物油	豚肉・チーズ・粉乳	玉ねぎ・人参・にんにく 生姜・トマト・バジル	23日 (金)	ごはん じゃがいもの みそ汁 さばの和風カレー煮 牛肉と白滷の しぐれ煮	ごはん 豆腐・油揚げ・みそ	からだ(肉・骨)をつくる (赤)	からだの調子を整える (緑)	
	ハンバーグ	豚脂・片栗粉	豚肉・とり肉	玉ねぎ	26日 (月)	ごはん 四川豆腐 ショーロンポー	片栗粉・植物油	豚肉・豆腐	人参・玉ねぎ・にんにく 筍・生姜・長ねぎ・干椎茸	
	みかん			みかん		もやしとわかめの ナムル	小麦粉・片栗粉・砂糖 豚脂・ごま油・春雨 植物油	豚肉	キャベツ・玉ねぎ 筍・椎茸・生姜	
	ごはん	ごはん				チキントマト スパゲティ	スパゲティ 小麦粉・植物油	とり肉	もやし・人参	
16日 (金)	ちゃんこスープ		とり団子・油揚げ 豆腐	白菜・人参・えのき 長ねぎ	27日 (火)	チーズインコロッケ フルーツゼリーあえ	じゃがいも・砂糖・米粉 小麦粉・パン粉・植物油 コソタチ・ぶどう糖	チーズ・粉乳		
	ほつけの照り焼き	砂糖	ほっけ			イエスクリーン米	イエスクリーン米		玉ねぎ・人参・しめじ トマト・パセリ・生姜 セロリ・にんにく	
	豚肉と大根の煮物	きび糖・植物油	豚肉	人参・大根・こんにゃく		たぬき汁 鮭の塩焼き 豚肉とごぼうの ごまみそ煮	さつま揚げ・油揚げ	えのき・こんにゃく 長ねぎ・人参		
	ガパオ風ライス	ごはん 植物油	とり肉・豚肉・大豆	玉ねぎ・人参・ピーマン にんにく・赤バブリカ 筍・生姜・レモン果汁	28日 (水)	黒糖丸パン オニオンスープ 白身魚の 香草フライ マカロニミラネーズ	鮭	みぞ・豚肉	ごぼう・人参・生姜	
19日 (月)	クイッティオの スープ	クイッティオ	ハム・豆腐	チンゲン菜・人参 長ねぎ		チキンクリーミー	カスター・小麦粉 マーガリン・ココア	全卵・乳製品		
	あらびき 肉シューマイ	片栗粉・パン粉・植物油 砂糖・ごま油・シューマイの皮	豚肉	玉ねぎ・長ねぎ・生姜		【卵・乳代替】 豆乳プリンタルト	砂糖・米粉・コソタチ 植物油	豆乳・大豆粉	みかん果汁・桃缶 ぶどう果汁	
	ピリ辛みそラーメン	ラーメン 植物油	ぶた肉	人参・もやし・長ねぎ 生姜・にんにく・筍 キャベツ		黒糖丸パン	黒糖丸パン			
	フライドポテト	じゃがいも・植物油				オニオンスープ	バター	ベーコン	玉ねぎ・人参 にんにく	
20日 (火)	切干大根の ソナマヨサラダ	きび糖・ごま 卵抜きマヨネーズ	まぐろ・みそ	切干大根・コーン 枝豆・人参	29日 (木)	白身魚の 香草フライ	パン粉・小麦粉・植物油 バッターミックス	ホキ	バジル	
	ごはん	ごはん				マカロニミラネーズ	きび糖・マカロニ 植物油	豚肉・大豆	人参・玉ねぎ・ピーマン	
	かぼちゃ団子 みそ汁		とり肉・油揚げ・みそ	かぼちゃもち・大根 長ねぎ・えのき		ごはん	ごはん			
	照り焼きチキン	砂糖	とり肉			すき焼き煮	きび糖・植物油	豚肉・豆腐・高野豆腐	白滷・人参・玉ねぎ 白菜・長ねぎ	
21日 (水)	肉じゃが	きび糖・じゃがいも 植物油	豚肉	白滷・玉ねぎ・人参	30日 (金)	厚焼きたまご	砂糖・植物油	全卵		
	ミルクコッペパン	ミルクコッペパン				きゅうりとわかめの ごま酢あえ	きび糖・ごま油・ごま	わかめ・とり肉	きゅうり・人参	
	白菜とエビの クリーム煮	バター・米粉	えび・牛乳・チーズ	白菜・玉ねぎ・人参 しめじ・パセリ		のりぶりかけ	砂糖・ぶどう糖 コソタチ	かつお節・のり		
	ささみフライ ソース	片栗粉・小麦粉 パン粉・植物油	とり肉・大豆粉							
22日 (木)	グリーンサラダ	イタリアンドレッシング		キャベツ・きゅうり 枝豆						
	[中]ミルメークコーヒー	砂糖・コーヒー								

ミニトマトや団子、
魚の骨は気をつけて食べましょう



冬休みの過ごし方について



「給食アンケート」を行いました

10月中旬に、市内16校の小学5年生と中学2年生(7年生)を対象に、学校給食についてのアンケートを行いました。アンケート結果は、今後の給食内容の参考にさせていただき、また、人気の高かったメニューについては、3月までの給食で提供していく予定です。

1月は、人気があった「ラーメン」、「肉じゃが」、「フライドポテト」を提供します。

給食費口座振替は令和8年2月2日（月）です。