

学校給食献立表(夢前学校給食センター) 令和7年度1月分(1/8~1/30) 姫路市教育委員会

	1月8日(木)		1月9日(金)		1月13日(火)		1月14日(水)		1月15日(木)		1月16日(金)		
こんだて	-しじょうがつこんだて-	ごはん 牛乳 ぐぞうに たつくり ちくせんに	ごはん 牛乳 キムチスープ チャブチエ ツナボテト	パン 牛乳 コンソメスープ とりにくのメキシカンソース ベンネとキャベツのパジルソテー	あぶたまどん 「ごはん あぶたまどんのぐ」 牛乳 コロッケ にびたし	チキンカレーライス 「ごはん チキンカレー」 牛乳 オムレツ ポイルブロッコリー ごまだれッシング	-ひょうごあんせんのひこんだて-	ごはん 牛乳 かんぶつのみそし だいすのいそに うめあえ みかん					
こんだてざいりょう	□ ごはん ○ 牛乳 □ もち ○ かまぼこ △ ごぼう △ にんじん △ だいこん ○ あぶらあげ △ はねぎ ○ みそ けずりびし(だし)	□ ごはん ○ 牛乳 □ ぶたにく △ ねぶかねぎ □ ごまあぶら △ はくさいイキムチ ○ とうふ △ たまねぎ △ にんじん △ はねぎ △ えのきたけ △ チキンスープ △ うすくちしようゆ △ しお △ こしょう	□ パン ○ 牛乳 □ ぶたにく △ たまねぎ △ じゃがいも △ エリンギ △ にんじん △ セロリ △ パセリ △ チキンスープ △ コンソメ △ しお □ サラダあぶら	□ ごはん ○ たまご ○ あぶらあげ △ たまねぎ △ にんじん △ かまぼこ △ はねぎ △ うすくちしようゆ △ こいくちしようゆ □ さとう △ みりん □ でんぱん △ けずりびし(だし)	□ ごはん ○ とりにく △ じゃがいも △ たまねぎ △ にんじん △ かまぼこ △ はねぎ △ うすくちしようゆ △ こいくちしようゆ □ さとう △ みりん ○ 牛乳 □ コロッケ ○ あぶら	□ ごはん ○ とろりにく △ じゃがいも △ たまねぎ △ にんじん △ かまぼこ △ はねぎ △ うすくちしようゆ △ にんにく △ グリンピース □ カレールウ △ トマトピューレ △ トマトケチャップ △ とんかつソース △ ウスターソース △ カレーこ △ チキンスープ △ しお △ こしょう □ サラダあぶら	□ ごはん ○ 牛乳 △ こうやどうふ ○ あぶらあげ △ にんじん △ きりばしだいこん △ はねぎ ○ わかめ ○ みそ △ にぼし(だし)						
こんだてざいりょう	□ たつくり □ ごま △ こいくちしようゆ □ さとう △ みりん ○ とりにく △ れんこん △ ごぼう △ にんじん △ こんにゃく △ たけのこ △ えだまめ △ うすくちしようゆ △ こいくちしようゆ □ さとう △ みりん △ せいしゅ △ サラダあぶら △ けずりびし(だし)	□ ぎゅうにく △ じょうが △ にんにく □ サラダあぶら △ はるさめ △ にんじん △ にんにく △ だけのこ △ しいたけ □ ごま △ ごまあぶら △ うすくちしようゆ △ こいくちしようゆ △ さとう △ しお △ こしょう	□ とりにく △ たまねぎ △ にんじん △ ピーマン △ にんにく △ トマト △ トマトピューレ △ コンソメ △ しお △ こしょう △ チリパウダー △ サラダあぶら	□ ごはん ○ 牛乳 □ コロッケ ○ あぶら	△ こまつな △ しお △ はくさい □ ごま ○ うすくちしようゆ △ みりん △ けずりびし(だし)	□ ごはん ○ 牛乳 □ コロッケ ○ あぶら	○ ひじき ○ だいす ○ とりにく △ こんにゃく △ にんじん △ えだまめ △ うすくちしようゆ △ こいくちしようゆ □ さとう △ みりん ○ ブレーンオムレツ △ ブロッコリー △ キャベツ △ しお △ とうもろこし □ ごまドレッシング	○ ひじき ○ だいす ○ とりにく △ こんにゃく △ にんじん △ えだまめ △ うすくちしようゆ △ こいくちしようゆ □ さとう △ みりん ○ サラダあぶら	△ だいこん △ しお △ かんそううめ △ みかん				
	1月19日(月)	1月20日(火)	1月21日(水)	1月22日(木)	1月23日(金)	1月26日(月)	全国学校 給食週間						
こんだて	-しょくいくのひー	ミニパン 牛乳 マカロニのクリームに チリコンカン だいこんのへんしんサラダ ごはん 牛乳 とりのすきやき やきしやも くわきわかめのすのもの	ごはん 牛乳 かすじる あげշューマイ かんぴょうのたまごとじ	ひじきそぼろどん 「ごはん ひじきそぼろどんのぐ」 牛乳 ビーフンスープ じゃがいものきんぴら	ごはん 牛乳 けんちんじる いかのカレーあげ ほうれんそうのおかかあえ	ごはん 牛乳 さけとやさいのスープ スウェーデンふうミートボール ボイルサラダ かんきつドレッシング							
こんだてざいりょう	□ ごはん ○ 牛乳 ○ とりにく △ はくさい △ こんにゃく ○ やきどうふ △ じゃがいも △ にんじん △ いわづねぎ △ ごぼう △ しいたけ □ さとう △ こいくちしようゆ △ うすくちしようゆ △ みりん □ サラダあぶら	□ ミニパン ○ 牛乳 ○ さけ ○ とうふ ○ あぶらあげ △ にんじん △ にんにく △ だいこん △ ごぼう △ にんじん △ はねぎ △ さかけす ○ みそ ○ うすくちしようゆ △ みりん △ けずりびし(だし)	□ ごはん ○ 牛乳 ○ さけ ○ とうふ ○ あぶらあげ △ にんじん △ にんにく △ だいこん △ ごぼう △ にんじん △ はねぎ ○ みそ ○ うすくちしようゆ △ みりん △ けずりびし(だし)	□ ごはん ○ 牛乳 ○ さけ ○ とうふ ○ あぶらあげ △ にんじん △ にんにく △ だいこん △ ごぼう △ にんじん △ はねぎ ○ みそ ○ うすくちしようゆ △ みりん △ けずりびし(だし)	□ ごはん ○ 牛乳 ○ さけ ○ とうふ ○ あぶらあげ △ にんじん △ にんにく △ だいこん △ ごぼう △ にんじん △ はねぎ ○ みそ ○ うすくちしようゆ △ みりん △ けずりびし(だし)	□ ごはん ○ 牛乳 ○ さけ ○ とうふ ○ あぶらあげ △ にんじん △ にんにく △ だいこん △ ごぼう △ にんじん △ はねぎ ○ みそ ○ うすくちしようゆ △ みりん △ けずりびし(だし)	○ とりにく ○ とうふ △ たまねぎ △ にんじん △ えりんご ○ みそ ○ うすくちしようゆ △ みりん △ けずりびし(だし)	○ とりにく ○ とうふ △ たまねぎ △ にんじん △ えりんご ○ みそ ○ うすくちしようゆ △ みりん △ けずりびし(だし)	○ とりつくね △ たまねぎ △ マッシュルーム △ エリンギ ○ 牛乳 ○ チキンスープ ○ さけ ○ じゃがいも ○ とうふ ○ にんじん ○ にんにく ○ ごぼう ○ にんじん ○ はねぎ ○ みそ ○ うすくちしようゆ ○ みりん ○ けずりびし(だし)	○ いか △ カレーこ △ しお ○ てんぷらこ ○ あぶら	○ いか △ カレーこ △ しお ○ てんぷらこ ○ あぶら	○ ほうれんそう △ もやし △ ぎゅうにく △ グリンピース △ さとう △ こいくちしようゆ △ うすくちしようゆ △ みりん △ サラダあぶら	○ かんきつドレッシング △ くるみ
こんだてざいりょう	○ こもちししゃも ○ くわきわかめ ○ せんぎりかまぼこ △ だいこん △ しお △ にんじん △ こめず □ さとう △ うすくちしようゆ □ ごま	○ だいす ○ ぶたにく △ たまねぎ △ にんじん △ ピーマン △ サラダあぶら △ トマト △ トマトケチャップ △ ウスターソース △ しお △ こしょう △ チリパウダー ^{でんぱん}	○ だいす ○ ぶたにく △ たまねぎ △ にんじん △ ピーマン △ サラダあぶら △ トマト △ トマトケチャップ △ ウスターソース △ しお △ こしょう △ チリパウダー ^{でんぱん}	○ ポークシューマイ □ あぶら	△ かんぴょう △ しお ○ たまご ○ とりにく △ たまねぎ △ にんじん △ さやいんげん △ さとう △ こいくちしようゆ △ うすくちしようゆ △ みりん	○ かんぴょう △ しお ○ たまご ○ とりにく △ たまねぎ △ にんじん △ さやいんげん △ さとう △ こいくちしようゆ △ うすくちしようゆ △ みりん	○ かんぴょう △ しお ○ たまご ○ とりにく △ たまねぎ △ にんじん △ さやいんげん △ さとう △ こいくちしようゆ △ うすくちしようゆ △ みりん	○ かんぴょう △ しお ○ たまご ○ とりにく △ たまねぎ △ にんじん △ さやいんげん △ さとう △ こいくちしようゆ △ うすくちしようゆ △ みりん	○ かんぴょう △ しお ○ たまご ○ とりにく △ たまねぎ △ にんじん △ さやいんげん △ さとう △ こいくちしようゆ △ うすくちしようゆ △ みりん	○ かんぴょう △ しお ○ たまご ○ とりにく △ たまねぎ △ にんじん △ さやいんげん △ さとう △ こいくちしようゆ △ うすくちしようゆ △ みりん	○ かんぴょう △ しお ○ たまご ○ とりにく △ たまねぎ △ にんじん △ さやいんげん △ さとう △ こいくちしようゆ △ うすくちしようゆ △ みりん	○ かんきつドレッシング △ くるみ	

○赤の食品…体をつくるもの (たんぱくしつ・むきしつ)

□黄の食品…ねつや力のもとになるもの (たんすいかぶつ・しほう)

△緑の食品…体の調子をととのえるもの (ビタミン)

特定原材料表示 卵:

乳製品:

小麦:

えび:

かに:

そば:

落花生:

くるみ:

学校給食献立表(夢前学校給食センター) 令和7年度1月分(1/8~1/30) 姫路市教育委員会

	1月27日(火) 全国学校 給食週間	1月28日(水) 全国学校 給食週間	1月29日(木) 全国学校 給食週間	1月30日(金) 全国学校 給食週間	1月平均 栄養量 (小学校4年生)
こんだて	スラッピージョー 「スライスパン」 「スラッピージョーのぐ 牛乳 とうにゅうコーンチャウダー マカロニサラダ	ごはん 牛乳 そうめんばちのスープ とりにくのしおこうじいため こまつなれんこんのソテー	ごはん 牛乳 ごんぱじる どてやき たこやき	ごはん 牛乳 ラーほー とりもつに ぶどうゼリー	
こんだてざいりょう	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> ぶたにく <input type="radio"/> だいす <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> トマト <input type="triangle"/> トマトケチャップ <input type="triangle"/> ウスターーソース <input type="triangle"/> あかワインふうちょうみりょう <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> コーンスターク <input type="radio"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="radio"/> 牛乳
	<input type="radio"/> ベーコン <input type="triangle"/> とうもろこし <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> マッシュルーム <input type="triangle"/> コーンペースト <input type="triangle"/> バセリ <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> こめこ <input type="radio"/> とうにゅう <input type="triangle"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう	<input type="radio"/> とりにく <input type="triangle"/> キャベツ <input type="triangle"/> ピーマン <input type="triangle"/> しおこうじ <input type="checkbox"/> しお <input type="triangle"/> こしょう <input type="triangle"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> こめこ <input type="triangle"/> とうにゅう <input type="triangle"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう	<input type="radio"/> ぎゅうにく <input type="triangle"/> こんにゃく <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> はねぎ <input type="triangle"/> しょうが <input type="radio"/> みそ <input type="checkbox"/> こいくちしようゆ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> せいしゅ <input type="checkbox"/> さとう	<input type="radio"/> とりにく <input type="checkbox"/> でんぶん <input type="radio"/> レバー <input type="checkbox"/> あぶら <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> こいくちしようゆ <input type="checkbox"/> せいしゅ	<input type="checkbox"/> ビタミン A 313µgRAE <input type="checkbox"/> B1 0.35mg <input type="checkbox"/> B2 0.51mg <input type="checkbox"/> C 25mg <input type="checkbox"/> 食塩相当量 2.3g
	<input type="checkbox"/> マカロニ <input type="triangle"/> キャベツ <input type="triangle"/> きゅうり <input type="triangle"/> にんじん <input type="triangle"/> とうもろこし <input type="radio"/> チキンハム <input type="checkbox"/> サラダレッシング <input type="checkbox"/> こめず <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう	<input type="triangle"/> こまつな <input type="triangle"/> しお <input type="triangle"/> れんこん <input type="triangle"/> にんじん <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> さとう <input type="triangle"/> うすくちしようゆ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> ごまあぶら	<input type="checkbox"/> せいしゅ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> けずりび(だし)	<input type="checkbox"/> きよほうゼリー <input type="checkbox"/> マスカットゼリー	<input type="checkbox"/> 食物繊維 5.1g <input type="checkbox"/> マグネシウム 81mg <input type="checkbox"/> 亜鉛 3.1mg

1月24日～30日は 全国学校給食週間 です！

知っていますか? 学校給食の歴史

- 明治22年 山形県鶴岡町(現鶴岡市)の忠愛小学校で、おにぎりとおかずの学校給食が始まりました。
 - 昭和7年頃 貧しい子どもや体の弱い子どもを救うために、全国各地で給食が始まりました。
 - 戦争中 食べ物が少くなり、ほとんどの学校で給食ができなくなりました。
 - 昭和21年
12月24日 戦争が終わり、外国から送られてきた、脱脂粉乳・小麦粉・缶詰を材料として学校給食が再開されました。

その後12月24日に給食が実施されなくなつたため、1月24日～30日の1週間が全国学校給食週間となりました。

また、欠食児の救済で始められた給食は、時代とともに食育の場としてとらえられています。全国学校給食週間は、給食を食べながら、給食の意義を考え直してみるよい機会です。ご家庭でも話し合ってみてください。

全国学校給食週間中の

獻立

ゆめさきがこうくゅうしょく
夢前学校給食センターでは、日本各地の郷土料理や
世界の料理を取り入れています。

1/26(日) フォーデン

鮭と野菜のスープは、スウェーデンでよく食べられているサーモンとじゃがいもが入ったスープです。スウェーデン風ミートボールは、クリーミーなソースがかかったスウェーデン料理の代表格です。

がっしゅうこく
アメリカ合衆国

スラッピージョーは、ひき肉やたまねぎなどをトマトケチャップやウスター・ソースなどで味付けしたものをパンズ(パン)に挟んで食べます。チャウダーはアメリカ合衆国の具だくさんスープです。

ひょうごけん
兵庫県

ひょうごけんさん しょくさい と い こんだて やまとみちょうさん かじゅう ひめ じ し さん はりまさん
兵庫県産の食材を取り入れた献立です。安富町産のゆず果汁、姫路市産のれんこん、播磨産のそうめんぱち、
しうしきさん しお ひょうごけんさん こまつな ふににく どににく し ょう
宍粟市産の塩こうじ、兵庫県産の小松菜、豚肉、鶏肉を使用します。

おおさか ふ
大阪府

ごんぼ汁は、大阪府枚方市の郷土料理で、ごぼうと卯の花が入ったすまし汁です。どて焼きは、牛すじ肉やこんにゃくを珍りやわらかに煮た者と、ちぢみ蛸の料理です。

やまなしけん
山梨県

やまなしけんふえきし かいはつ めん く あ りょうり とり に とり
ラーほーは、山梨県笛吹市で開発された、ほうとう麺とラーメンを組み合わせた料理です。鶏もつ煮は、鶏のレバーなどを
あまから に やまなしけん きょうどうりょう きゅううしく た どり けいにく あ あと あまから あしづ
甘辛く煮た山梨県の郷土料理です。給食では、食べやすいように鶏レバーと鶏肉を揚げた後、甘辛く味付けしています。

○赤の食品…体をつくるもの（たんぱくしつ・むきしつ） □黄の食品…ねつや力のもとになるもの（たんすいかぶつ・しほう） △緑の食品…体の調子をととのえるもの（ビタミン）

特定原材料表示 卵 :

乳製品： 

小麦：

えび : 

かに : 

そば :

落花生

くるみ: //