

令和7年度1月分献立【学校】

日	献立名	使用食品名
15 木	牛乳 わかめうどん	ゆでうどん （小麦粉 食塩） 乾燥わかめ 豚もも肉 人参 ねぎ 椎茸 醤油 （脱脂加工大豆 小麦 食塩 大豆 アルコール） 減塩醤油 （小麦 脱脂加工大豆 食塩 大豆 アルコール 酸味料） みりん風調味料 （水あめ 醸造調味料（米・米麴・食塩・アルコール）酸味料） 液体だし （風味原料（かつお節エキス かつお節）還元水あめ 食塩 たん白加水分解物 調味料（アミノ酸等）酒精安定剤（キサンタンガム）酸味料） 昆布だし （水飴 昆布エキス 食塩 昆布発酵調味料 酵母エキス 酒精） 砂糖 かつお節調味料顆粒 （食塩 砂糖 風味原料（かつお節粉末 かつおエキス、昆布粉末）酵母エキス 調味料（アミノ酸等））
	厚焼き卵	鶏卵 砂糖 食用植物油 醸造酢 デキストリン 食塩 かつおだし こんぶだし 加工デンプン 調味料（アミノ酸） カロチン色素
	高野豆腐の煮物	高野豆腐 （大豆 炭酸カリウム 豆腐用凝固剤） 人参 冷凍枝豆 大根 醤油 （脱脂加工大豆 小麦 食塩 大豆 アルコール） 減塩醤油 （小麦 脱脂加工大豆 食塩 大豆 アルコール 酸味料） 砂糖 液体だし （風味原料（かつお節エキス かつお節）還元水あめ 食塩 たん白加水分解物 調味料（アミノ酸等）酒精 安定剤（キサンタンガム）酸味料） 素材力かつおだし （風味原料（かつお節粉末 かつお節エキス粉末 かつおエキス粉末 昆布粉末）でん粉分解物 酵母エキス粉末 麦芽糖）
16 金	ごはん	精白米 強化米（白米 食用油脂（なたね パーム）でんぷん 砂糖 米ぬかう ビタミンB1 クエン酸 乳化剤 糊料（アカシア）ビタミンB2）
	牛乳 きゃべつの味噌汁	きゃべつ たもぎ茸レトルト 人参 かつお節調味料顆粒 （食塩 砂糖 風味原料（かつお節粉末 かつおエキス、昆布粉末）酵母エキス 調味料（アミノ酸等）） 素材力かつおだし （風味原料（かつお節粉末 かつお節エキス粉末 かつおエキス粉末 昆布粉末）でん粉分解物 酵母エキス粉末 麦芽糖） 道産無添加味噌 （大豆 米 食塩） 減塩生みそなめらか （大豆 米 食塩）
	ほっけの塩焼き	ほっけ 食塩
19 月	厚揚げと青菜の炒め物	厚揚げ （大豆 食塩 凝固剤（塩化マグネシウム、硫酸カルシウム、グルコノデルタラクトン）消泡剤（グリセリン脂肪酸エステル、炭酸カルシウム、レシチン（大豆由来））） 小松菜 人参 ベーコン （豚肉 精製塩 リン酸塩（Na）調味料（アミノ酸等）発色剤（硝酸K 亜硝酸Na）増粘多糖類 砂糖 酸化防止剤（エルビット）こしょう ガーリック） こめ油 おろし生姜 （しょうが 酸化防止剤（ビタミンC） 増粘多糖類 着色料（ウコン）） 醤油 （脱脂加工大豆 小麦 食塩 大豆 アルコール） 砂糖 みりん風調味料 （水あめ 醸造調味料（米・米麴・食塩・アルコール）酸味料） 料理酒 （醸造調味料（米・米麴・食塩） 酒精 食塩 酸味料）
	ごはん	精白米 強化米（白米 食用油脂（なたね パーム）でんぷん 砂糖 米ぬかう ビタミンB1 クエン酸 乳化剤 糊料（アカシア）ビタミンB2）
	牛乳 けんちん汁	大根 人参 ねぎ ごぼう 糸こんにゃく （こんにゃく粉 水酸化カルシウム） 油揚げ （大豆 凝固剤（塩化マグネシウム、硫酸カルシウム） 消泡剤（グリセリン脂肪酸エステル、炭酸カルシウム、レシチン（大豆由来））） 椎茸 醤油 （脱脂加工大豆 小麦 食塩 大豆 アルコール） 減塩醤油 （小麦 脱脂加工大豆 食塩 大豆 アルコール 酸味料） かつお節調味料顆粒 （食塩 砂糖 風味原料（かつお節粉末 かつおエキス、昆布粉末）酵母エキス 調味料（アミノ酸等）） 素材力かつおだし （風味原料（かつお節粉末 かつお節エキス粉末 かつおエキス粉末 昆布粉末）でん粉分解物 酵母エキス粉末 麦芽糖） こめ油
19 月	鶏の唐揚げ（小2中3）	鶏の唐揚げ （鶏肉 小麦粉 でん粉 しょうゆ 砂糖 大豆油 食塩 香辛料 チキンミートパウダー 揚げ油（大豆油 パーム油） 加工でん粉 調味料（アミノ酸等） 乳化剤 重曹 増粘剤（キサンタン）） なたね油
	小松菜とツナの炒め物	小松菜 せん切り人参 まぐろ油漬フレーク （まぐろ 大豆油 野菜スープ 食塩 調味料（アミノ酸）） オイスターソース （魚介エキス 砂糖 かき 酵母エキス 調味料（アミノ酸等） 増粘剤（加工でん粉） 酒精） 減塩醤油 （小麦 脱脂加工大豆 食塩 大豆 アルコール 酸味料） 砂糖 食塩 こしょう白 こめ油

20 火	<p>クロパン</p> <p>牛乳 クリームシチュー</p> <p>とうきびグラタン</p> <p>ブロッコリーのソテー</p>	<p>小麦粉 食塩 イースト 脱脂粉乳 ショートニング 無塩マーガリン 鶏卵 黒砂糖</p> <p>チルドポテト 鶏むね肉 玉ねぎ 人参 調理用牛乳 ベシヤメルソース（デキストリン 粉末植物油脂 小麦粉 脱脂粉乳 たん白加水分解物 砂糖 食用植物油脂 チーズ 食塩 酵母エキスパウダー 全粉乳 ほたてエキスパウダー 乳等を主要原料とする食品 きのかエキスパウダー 貝カルシウム 増粘剤（キサンタンガム） 乳化剤 ピロリン酸鉄 （一部に小麦・乳成分・大豆を含む））ハイメイズホワイトソースベース（粉末油脂（乳）デキストリン 粉乳 高アミロースコーンスターチ 難消化性デキストリン アルファ化でんぷん たん白加水分解物（鶏肉）ホタテエキス粉末 食塩 香辛料 香料（乳））コンソメ（食塩 砂糖 乳糖 食用加工油脂 醤油 チキンエキス調味料 酵母エキス 香辛料 オニオンエキス 調味料（アミノ酸等）カラメル色素 酸味料 一部に小麦、乳成分、大豆、鶏肉を含む）食塩 こしょう白 こめ油</p> <p>ショートニング 乾燥マッシュポテト スイートコーン おから 米粉 豆乳 コーンパウダー 粉末水あめ 水溶性食物繊維 砂糖 ソテーオニオン 食塩 大豆粉 酵母エキス 加工デンプン 増粘剤（加工デンプン 増粘多糖類）炭酸カルシウム 安定剤（キサンタンガム） ピロリン酸第二鉄 乳化剤（一部に大豆を含む）</p> <p>ブロッコリー ぶなしめじ 人参 こめ油 食塩 こしょう白</p>
21 水	<p>ごはん</p> <p>牛乳 豆腐とわかめの味噌汁</p> <p>信田巻き</p> <p>五目煮</p>	<p>精白米 強化米（白米 食用油脂（なたね パーム）でんぷん 砂糖 米ぬかう びタミンB1 クエン酸 乳化剤 糊料（アカシア）びタミンB2）</p> <p>木綿豆腐（大豆 難消化デキストリン じゃがいも澱粉 豆腐用凝固剤 グルコノデルタラクトン 硫酸カルシウム 焼成カルシウム ピロリン酸第二鉄 消泡剤（加工助剤） 酵素（加工助剤））乾燥わかめ ねぎ かつお節調味料顆粒（食塩 砂糖 風味原料（かつお節粉末 かつおエキス、昆布粉末）酵母エキス 調味料（アミノ酸等））素材力かつおだし（風味原料（かつお節粉末 かつお節エキス粉末 かつおエキス粉末 昆布粉末）でん粉分解物 酵母エキス粉末 麦芽糖）道産無添加味噌（大豆 米 食塩）減塩生みそなめらか（大豆 米 食塩）</p> <p>鶏肉 油揚げ しいたけ たまねぎ にんじん こんにゃく ぶなしめじ でん粉 パン粉 しょうゆ 粒状大豆たん白 砂糖 食塩 香辛料 <たれ>砂糖 しょうゆ みりん 食塩</p> <p>豚もも肉 人参 大根 糸こんにゃく（こんにゃく粉 水酸化カルシウム）さや いんげん こめ油 砂糖 減塩醤油（小麦 脱脂加工大豆 食塩 大豆 アルコール 酸味料）道産無添加味噌（大豆 米 食塩）料理酒（醸造調味料（米・米麴・食塩） 酒精 食塩 酸味料）みりん風調味料（水あめ 醸造調味料（米・米麴・食塩・アルコール） 酸味料）</p>
22 木	<p>いなりずし（小2中3）</p> <p>牛乳 鶏ねぎそうめん</p> <p>筍のきんぴら</p> <p>鉄分ヨーグルト</p>	<p>酢飯（米 すし酢（糖類 醸造酢 食塩 調味料（アミノ酸））味付油揚げ（油揚げ（大豆）砂糖 醤油（小麦 大豆）醸造酢 でん粉 着色料（カラメル 紅麴 クチナシ）</p> <p>ひやむぎ（小麦粉 食塩）鶏むね肉 玉ねぎ ごぼう 人参 ねぎ 椎茸 こめ油 醤油（脱脂加工大豆 小麦 食塩 大豆 アルコール）減塩醤油（小麦 脱脂加工大豆 食塩 大豆 アルコール 酸味料）料理酒（醸造調味料（米・米麴・食塩） 酒精 食塩 酸味料）みりん風調味料（水あめ 醸造調味料（米・米麴・食塩・アルコール） 酸味料）液体だし（風味原料（かつお節エキス かつお節） 還元水あめ 食塩 たん白加水分解物 調味料（アミノ酸等） 酒精 安定剤（キサンタンガム） 酸味料）昆布だし（水飴 昆布エキス 食塩 昆布 発酵調味料 酵母エキス 酒精）砂糖</p> <p>筍水煮 人参 糸こんにゃく（こんにゃく粉 水酸化カルシウム）いりごま白 醤油（脱脂加工大豆 小麦 食塩 大豆 アルコール）砂糖 削り粉（さば節 かつお節 いわし煮干し）ごま油</p> <p>生乳 乳製品 砂糖 プルーン果汁 ゼラチン 寒天 香料 クエン酸鉄アンモニウム ペニコウジ色素 葉酸 びタミンB12 （一部に乳・ゼラチンを含む）</p>

23 金	<p>ごはん</p> <p>牛乳 中華スープ</p> <p>焼きぎょうざ（小2中3）</p> <p>麻婆豆腐</p>	<p>精白米 強化米（白米 食用油脂（なたね パーム）でんぷん 砂糖 米ぬかう う ビタミンB1 クエン酸 乳化剤 糊料（アカシア）ビタミンB2）</p> <p>ホールコーン 人参 小松菜 髄醬油ラーメンスープ（しょうゆ 食塩 動物油 脂（チキンオイル、ポークオイル） ポークエキス たん白加水分解物 チキン エキス 酵母エキス 砂糖 かつおエキス にんにくエキス しょうが汁 魚し ょう 香辛料 酸化防止剤（ビタミンE） pH調整剤）鶏がらスープ（鶏骨 酵母エキス）</p> <p>小麦粉 きゃべつ 豚肉 豚脂 鶏肉 粒状大豆たん白 なたね油 にら たま ねぎ にんにく 粉末状小麦たん白 卵白 食塩 ごま油 しょうゆ 砂糖 オ イスターソース 粉末状植物性たん白 でん粉 香辛料 たん白加水分解物 粉 末状大豆たん白 卵白粉 加工でん粉 調味料（アミノ酸等） pH調整剤 キ シロース トレハロース カゼインNa 乳化剤 塩化Ca 増粘剤（アルギン酸 Na）グリシン ビタミンB1 （一部に小麦・豚肉・卵・鶏肉・大豆・ごま・乳 成分を含む）</p> <p>木綿豆腐（大豆 難消化デキストリン じゃがいも澱粉 豆腐用凝固剤 グルコ ノデルタラクトン 硫酸カルシウム 焼成カルシウム ピロリン酸第二鉄 消泡 剤（加工助剤） 酵素（加工助剤））椎茸 筍水煮 人参 豚ひき肉 こめ油 お ろし生姜（しょうが 酸化防止剤（ビタミンC） 増粘多糖類 着色料（ウコ ン））おろしにんにく 鶏がらスープ（鶏骨 酵母エキス）醬油（脱脂加工大豆 小麦 食塩 大豆 アルコール）道産無添加味噌（大豆 米 食塩）砂糖 甜面 醬（砂糖 味噌 なたね油 しょうゆ 大麦粉 食塩 （一部に小麦・大豆を含 む））豆板醬（唐辛子 水あめ 食塩 味噌 そら豆粉 酒精 調味料（アミノ酸 等）酸味料 一部に大豆を含む）澱粉 ごま油</p>
26 月	<p>ごはん</p> <p>牛乳 石狩鍋</p> <p>十勝大豆コロッケ</p> <p>ねぎ塩豚丼</p>	<p>精白米 強化米（白米 食用油脂（なたね パーム）でんぷん 砂糖 米ぬかう う ビタミンB1 クエン酸 乳化剤 糊料（アカシア）ビタミンB2）</p> <p>鮭角切り チルドポテト 白菜 かた抜き人参（さくら） 糸こんにゃく（こんに ゃく粉 水酸化カルシウム）冷凍豆腐（大豆 難消化性デキストリン じゃが いもでん粉 豆腐用凝固剤 グルコノデルタラクトン 硫酸カルシウム 焼成カ ルシウム ピロリン酸第二鉄 消泡剤（加工助剤） 酵素（加工助剤）（一部に大 豆を含む））かつお節調味料顆粒（食塩 砂糖 風味原料（かつお節粉末 かつお エキス、昆布粉末）酵母エキス 調味料（アミノ酸等））素材力かつおだし（風味 原料（かつお節粉末 かつお節エキス粉末 かつおエキス粉末 昆布粉末）でん 粉分解物 酵母エキス粉末 麦芽糖）道産無添加味噌（大豆 米 食塩）減塩生 みそなめらか（大豆 米 食塩）おろし生姜（しょうが 酸化防止剤（ビタミン C） 増粘多糖類 着色料（ウコン））</p> <p>十勝大豆コロッケ（じゃがいも だいず 玉ねぎ 乾燥マッシュポテト パン粉 小麦粉 植物油脂 大豆油 とうもろこし油 とうもろこしでん粉 上白糖 塩 香辛料 カレー粉 こしょう黒）なたね油</p> <p>豚もも肉 もやし えのき水煮 ねぎ おろしにんにく いりごま白 ごま油 料理酒（醸造調味料（米・米麴・食塩） 酒精 食塩 酸味料）こしょう黒 塩 だれ（水あめ 醬油 食塩 植物油脂 にんにく 香辛料 調味料（アミノ酸等） 酸化防止剤（ビタミンC）酸味料 増粘剤（キサンタンガム） ビタミンB1 （一部に小麦・ごま・ゼラチン・大豆を含む））宗谷の塩</p>

27 火	<p>バターパン 牛乳 宗谷黒牛のビーフシチュー</p> <p>ローストウインナー</p> <p>ほうれん草のソテー</p>	<p>小麦粉 食塩 イースト 脱脂粉乳 砂糖 鶏卵 コンパウンドバター</p> <p>宗谷黒牛 チルドポテト 玉ねぎ 人参 おろしにんにく ディナービーフシチューフレーク（小麦粉 牛脂豚脂混合油脂 砂糖 食塩 ソテー・ド・オニオン トマトパウダー パナナフレーク フォン・ド・ボーソース チキンブイヨン 脱脂粉乳 香辛料 ソースパウダー ぶどう糖 カラメルⅠ レーグルタミン酸 ナトリウム 5'リボヌクレオチドナトリウム コハク酸二ナトリウム クエン酸 DL-リンゴ酸 酢酸ナトリウム 氷酢酸 ショ糖脂肪酸エステル 香料（一部に小麦・パナナ・牛肉・大豆・鶏肉・乳・りんごを含む））トマトケチャップ（トマト 砂糖・ぶどう糖果糖液糖 醸造酢 食塩 玉ねぎ 香辛料）宗谷の塩 こしょう白 チャツネ（糖類（水飴、ブドウ糖、砂糖）りんご加工品 テーツピューレ 醸造酢 香辛料 にんにくペースト 食塩 酸味料）</p> <p>豚肉 食塩 リン酸塩（Na）調味料（アミノ酸）発色剤（硝酸K 亜硝酸Na）増粘多糖類 酸化防止剤（エルビット） 砂糖 でん粉 ペッパー ガーリック</p> <p>ほうれん草 人参 エリンギ こめ油 宗谷の塩 こしょう白</p>
28 水	<p>ごはん</p> <p>牛乳 舞茸の味噌汁</p> <p>姫ほっけの一夜干し（2本）</p> <p>豚肉と里芋の照り煮</p>	<p>精白米 強化米（白米 食用油脂（なたね パーム）でんぷん 砂糖 米ぬかう び타민B1 クエン酸 乳化剤 糊料（アカシア）び타민B2）</p> <p>まいたけ水煮 人参 ねぎ かつお節調味料顆粒（食塩 砂糖 風味原料（かつお節粉末 かつおエキス、昆布粉末）酵母エキス 調味料（アミノ酸等））素材力かつおだし（風味原料（かつお節粉末 かつお節エキス粉末 かつおエキス粉末 昆布粉末）でん粉分解物 酵母エキス粉末 麦芽糖）道産無添加味噌（大豆 米 食塩）減塩生みそなめらか（大豆 米 食塩）</p> <p>ほっけ 塩 グルタミン酸Na リンゴ酸ソルト</p> <p>豚もも肉 里芋 人参 冷凍枝豆 おろし生姜（しょうが 酸化防止剤（び타민C） 増粘多糖類 着色料（ウコン））こめ油 醤油（脱脂加工大豆 小麦 食塩 大豆 アルコール）みりん風調味料（水あめ 醸造調味料（米・米麴・食塩・アルコール）酸味料）料理酒（醸造調味料（米・米麴・食塩） 酒精 食塩 酸味料）砂糖</p>
29 木	<p>牛乳 チャーメン</p> <p>鱈フライ（小1中2）</p> <p>いんげんとコーンの炒め物</p> <p>ソファール元気</p>	<p>ゆでめん（小麦粉 食塩 かんすい 酒精 クチナシ色素）豚もも肉 白菜 もやし 人参 ねぎ 筍水煮 ほたて貝柱（レトルト） 髄醤油ラーメンスープ（しょうゆ 食塩 動物油脂（チキンオイル、ポークオイル） ポークエキス たん白加水分解物 チキンエキス 酵母エキス 砂糖 かつおエキス にんにくエキス しょうが汁 魚しょう 香辛料 酸化防止剤（び타민E） pH調整剤）オイスターソース（魚介エキス 砂糖 かき 酵母エキス 調味料（アミノ酸等） 増粘剤（加工でん粉） 酒精）ごま油 おろし生姜（しょうが 酸化防止剤（び타민C） 増粘多糖類 着色料（ウコン））澱粉 こめ油</p> <p>鱈フライ（すけとうだら パン粉 小麦粉 イースト 並塩 ショートニング 植物油脂（パーム なたね 大豆）グリセリン脂肪エステル ぶどう糖 とうもろこしでん粉 じゃがいもでん粉 さつまいもでん粉 イーストフード バッターミックス 小麦粉 ライむぎ コーンフラワー 増粘剤（グァーガム）こしょう白）なたね油</p> <p>さやいんげん ホールコーン ほぐしささみ こめ油 宗谷の塩 こしょう白</p> <p>脱脂粉乳 ぶどう糖果糖液糖 砂糖 全粉乳 ゼラチン 寒天 乳酸カルシウム 香料 ピロリン酸鉄</p>

30 金	ごはん 牛乳 ポークカレー	精白米 強化米（白米 食用油脂（なたね パーム）でんぷん 砂糖 米ぬかう ビタミンB1 クエン酸 乳化剤 糊料（アカシア）ビタミンB2）
	えびのソテー	豚もも肉 チルドポテト 玉ねぎ 人参 グリンピース 調理用牛乳 こめ油 おろしにんにく 給食用カレーフレーク（小麦粉 食用油脂（パーム油 なたね油）砂糖 でん粉 食塩 カレー粉 デキストリン さつまいもパウダー 酵母エキスパウダー 白菜エキスパウダー 香辛料 ローストキャベツパウダー ローストオニオンパウダー カラメル色素 一部に小麦を含む）コーンポタージュエース（スイートコーンパウダー デキストリン 食用精製加工油脂 馬鈴しょでん粉 小麦粉（小麦）食塩 脱脂粉乳（乳）粉末動物油脂（豚肉）ぶどう糖 砂糖 全粉乳（乳）乳糖（乳） 酵母エキスパウダー チキンコンソメパウダー（鶏肉）チーズ（乳）ほたてエキスパウダー 乳等を主要原料とする食品（乳）香辛料 調味料（アミノ酸等）香料（乳）増粘剤（グァーガム）中濃ソース（野菜・果実（トマト りんご）糖類（果糖ぶどう糖液糖 砂糖）醸造酢 食塩 香辛料 増粘剤（加工でん粉）調味料（アミノ酸）カラメル色素 一部にりんごを含む）トマトケチャップ（トマト 砂糖・ぶどう糖果糖液糖 醸造酢 食塩 玉ねぎ 香辛料）チャツネ（糖類（水飴、ブドウ糖、砂糖）りんご加工品 デーツ ピューレ 醸造酢 香辛料 にんにくペースト 食塩 酸味料）
	フローズン黄桃	むきえび まるごと野菜ミックス（にんじん とうもろこし いんげん）宗谷の塩 こしょう白 こめ油 黄桃シロップ漬け 酸味料