

れいわ ねん
令和8年

がつぶんがっこうきゅうしょくこんだてひょう
1月分学校給食献立表

くわな しきょういっかい
桑名市教育委員会

A 群

ぶつし つこう こんだて いちぶへんこう ばあい
物資の都合により献立を一部変更する場合があります。

ひ づ け	よ う び	こんだてめい	しょくひんめい			エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
			あ か からだをつくる	き もえてねつやちからをだす	み ど り からだのちょうしをととのえる		
8	木	トマトスパゲッティ ぎゅうにゅう コーンスープ りんご	ぎゅうにゅう まぐろあぶらづけ とりにく	あぶら スパゲッティ さとう シチュールウ	たまねぎ トマトピューレ にんにく にんじん コーン クリームコーン ほうれんそう りんご	580	23.8
9	金	パン ギゅうにゅう メンチカツ コーンサラダ ふゆやさいのスープ いちごジャム	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく	パン あぶら ドレッシング ジャム パンこ こむぎこ	キャベツ にんじん コーン たまねぎ だいこん はくさい	636	22.0
13	火	ごはん ギゅうにゅう マーボー豆腐 はるさめサラダ	ぎゅうにゅう ぶたひきにく ひきわりだいず とうふ まめみそ とりにくほぐしみ	ごはん あぶら さとう でんぷん ごまあぶら はるさめ ドレッシング	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ねぎ もやし こまつな	608	24.9
14	水	パン ギゅうにゅう コロケのミートソースがけ ブロッコリー かぶのクリームに	ぎゅうにゅう ぶたひきにく とりにく	パン あぶら さとう ホワイトルウ じゃがいも こむぎこ パンこ	しょうが にんにく たまねぎ にんじん えだまめ ブロッコリー かぶ しめじ かぼちゃ	617	22.1
15	木	ごはん ギゅうにゅう まこもたけいりこなどうふのたまごとじ れんこんサラダ 【ふるさとほっけんランチ】	ぎゅうにゅう ちくわ こうやどうふ たまご まぐろあぶらづけ	ごはん ごまあぶら さとう ごま マヨネーズ	ほししいたけ たまねぎ にんじん まこもたけ こまつな れんこん キャベツ コーン	589	21.7
16	金	こがたパン ギゅうにゅう あんかけやきそば わかさぎフライ ヨーグルト 【こつこつメニュー】	ぎゅうにゅう ぶたにく ちくわ ヨーグルト わかさぎ	パン ちゅうかめん ごまあぶら あぶら でんぷん パンこ こむぎこ	しょうが たまねぎ にんじん キャベツ もやし にら	585	24.0
19	月	ごはん ギゅうにゅう しろみざかなのおこのみやきふう ブロッコリーとチーズのサラダ じゃがいものみそしる	ぎゅうにゅう パンガシウス かつおぶし あおのり チーズ あぶらあげ まめみそ	ごはん あぶら ドレッシング じゃがいも でんぷん	ブロッコリー コーン たまねぎ にんじん こまつな えのきたけ	604	23.4
20	火	ごはん ギゅうにゅう たまごやき ごまキャベツ だいこんとあつあげのそぼろに	ぎゅうにゅう たまご とりひきにく あつあげ	ごはん ごま あぶら さとう でんぷん	キャベツ だいこん にんじん こんにゃく えだまめ	585	23.3
21	水	パン ギゅうにゅう トマトハヤシシチュー マカロニサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく まぐろあぶらづけ	パン あぶら じゃがいも ハヤシルウ マカロニ ドレッシング マヨネーズ	たまねぎ にんじん しめじ えだまめ トマトピューレ キャベツ コーン	587	23.8
22	木	ごはん ギゅうにゅう ルーローはん ビーフンスープ 【ワールドランチ:たいわん】	ぎゅうにゅう ぶたにく たまご やきぶた とうふ わかめ	ごはん あぶら さとう ビーフン	しょうが にんにく たまねぎ にんじん ほししいたけ チンゲンサイ もやし	585	22.8
23	金	あげパン ギゅうにゅう ポークビーンズ わかめサラダ	きなこ ギゅうにゅう ぶたにく だいず わかめ とりにくほぐしみ	パン あぶら ぶどう じゃがいも さとう ドレッシング	しょうが にんにく たまねぎ にんじん トマトジュース キャベツ	593	25.5
26	月	ごはん はっこうにゅう ポークカレー ツナサラダ	はっこうにゅう ぶたにく まぐろあぶらづけ	ごはん あぶら じゃがいも カレールウ ドレッシング	にんにく しょうが たまねぎ にんじん えだまめ キャベツ コーン	585	20.2
27	火	ごはん ギゅうにゅう さんまのしょうがに なばなふりかけ さつまいもいりごもくまめ 【まごわやさしいこんだて】	ぎゅうにゅう さんま だいず ちくわ こんぶ	ごはん ごま さつまいも あぶら さとう	なばな あかじそこ にんじん ごぼう ほししいたけ しょうが	624	25.6
28	水	ハンバーグドッグ(パン ドッグハンバーグ)ぎゅうにゅう キャロットラペ パンプキンポタージュ	ぎゅうにゅう まぐろあぶらづけ とりにく ぶたにく	パン ドレッシング じゃがいも パンプキンポタージュのもと さとう	キャベツ にんじん パセリ たまねぎ かぼちゃ にんにく	593	26.4
29	木	しぐれごはん ギゅうにゅう ちくわのてんぷら いそあえ ぶたじる	しぐれ ギゅうにゅう ちくわ のり ぶたにく とうふ あぶらあげ まめみそ	ごはん てんぷらこ あぶら さとも	キャベツ だいこん ごぼう こんにゃく にんじん ねぎ	593	23.7
30	金	こくとうパン ギゅうにゅう かつおのノルウェーふう こんさいポトフ	ぎゅうにゅう かつお ウインナー	パン こくとう でんぷん じゃがいも あぶら さとう	たまねぎ にんじん だいこん れんこん キャベツ えだまめ	602	27.3

とういつ
統一メニューについて

くわな たど ながしまちく きゅうしょく つく しせつ きかい きぐ ちが
桑名・多度・長島地区それぞれ、給食を作る施設や機械器具に違いはありますが、部分的に同じメニューが出来るように工夫して、
つき すうかいていと こんだて とういつ
月に数回程度、献立を統一します。今月は の部分です。