



1 月 予 定 献 立 表



令和7年度（2025年度）

日野市立日野第八小学校

日	こんだて	牛乳	赤の仲間 おもに体を作る もとなる	黄の仲間 おもにエネルギーの もとなる	緑の仲間 おもに体の調子を ととのえる	ひとくちメモ	エネルギー kcal たんぱく質 g
9 金	やさいときのこのつけうどん おみくじじゃがまるくん	○	ぎゅうにゅう, とりにく あぶらあげ, かつおぶし たこ, うずらたまご ウインナー, あおのり	うどん, あぶら, さとう じゃがいも, でんぷん こむぎこ	ほししいたけ, えのきたけ しめじ, にんじん, だいこん はくさい, ねぎ, こまつな	<div>今月の地場産物</div> <div> にんじん こまつな ながねぎ だいこん キャベツ はくさい じゃがいも</div>	599 21.1
13 火	うずまきパンのシナモントースト チキンクリームシチュー ブロッコリーサラダ	○	ぎゅうにゅう, とりにく なまクリーム	ミルクパン, さとう バター,アーモンド あぶら, じゃがいも こむぎこ	セロリ, たまねぎ, にんじん パセリ, ブロッコリー キャベツ, きゅうり		640 22.4
14 水	ちくわとだいのバラてんどん シャキシャキやさいのそぼろいため みかん <div>↑ひのっ子シェフコン レシピ</div>	○	ぎゅうにゅう, ちくわ だいず, ぶたにく, みそ	こめ, こむぎこ, あぶら さとう	たまねぎ, しょうが, キャベツ ピーマン, にんじん, みかん		601 22.1
15 木	ごはん さばのてりやき はくさいのかわりづけ とんじる	○	ぎゅうにゅう, さば ぶたにく, あぶらあげ みそ	こめ, さとう, でんぷん ごまあぶら, あぶら じゃがいも	しょうが, はくさい, にんじん ごぼう, だいこん, こんにゃく ねぎ	<div>ひのっ子シェフコンテス ト応募レシピ！ 14（水）、16（金） 22（木） ひのっ子シェフコンテス トに、本校の児童が応募 したレシピを、給食むき にアレンジしました。</div> <div></div>	575 27.1
16 金	キムチチャーハン いも・ごろごろしゅうまい わかめスープ <div>↑ひのっ子シェフコン レシピ</div>	○	ぎゅうにゅう, ぶたにく とりにく, わかめ	こめ, ごまあぶら, さとう しゅうまいのかわ さつまいも, でんぷん あぶら, ごま	しょうが, にんじん はくさいキムチ, ねぎ たまねぎ, たけのこ, コーン		561 24.8
17 土	キーマカレー コロコロサラダ いちご	○	ぎゅうにゅう, ぶたにく ひよこまめ, チーズ	こめ, おおむぎ, あぶら バター, こむぎこ じゃがいも, さとう	にんにく, しょうが, たまねぎ にんじん, りんご, きゅうり コーン, いちご		618 21.5
20 火	わかめごはん ししゃものカレーあげ じゃがいものしおいため キャベツのみそしる	○	ぎゅうにゅう, わかめ ししゃも, ベーコン あぶらあげ, みそ	こめ, ごま, でんぷん あぶら, じゃがいも	しょうが, にんじん, たまねぎ パセリ, キャベツ, ねぎ	<div>22（木）長崎チャンポン 豚肉やえび、野菜などの 具沢山の汁に、チャンポ ン麺を入れて煮込みま す。長崎県の郷土料理で すが、全国チェーンのお 店もあり、今では全国で 食べられています。</div> <div></div>	601 24.5
21 水	ジャージャンドウフどん じゃこいりわかめサラダ	○	ぎゅうにゅう, ぶたにく なまあげ, みそ ちりめんじゃこ, わかめ	こめ, おおむぎ, あぶら さとう, ごまあぶら でんぷん	にんにく, しょうが, ねぎ たけのこ, ほししいたけ にんじん, チンゲンサイ キャベツ, きゅうり		570 24.6
22 木	ながさきチャンポン ジャンボあげぎょうざ りんごシャーベット <div>←ひのっ子シェフコン レシピ</div>	○	ぎゅうにゅう, えび ぶたにく, かまぼこ	ちゅうかめん, あぶら ぎょうざのかわ ごまあぶら, さとう こむぎこ, でんぷん	にんにく, しょうが, にんじん たまねぎ, たけのこ, はくさい もやし, にら, ほししいたけ キャベツ, りんご		546 25.4
23 金	ごはん いかフライ ゆでキャベツ いしかりじる	○	ぎゅうにゅう, いか, さけ あぶらあげ, みそ	こめ, こむぎこ, パンこ あぶら, じゃがいも	キャベツ, パセリ, にんじん だいこん, たまねぎ, コーン ねぎ	<div>1/24～30 学校給食週間</div> <div>26（月）昭和の給食 今から40年くらい前まで は、給食の主食はほとん どパンでした。その当時 のメニューを再現しまし た。</div> <div></div>	639 27.9
26 月	イチゴジャムサンド カレーシチュー コーンサラダ	○	ぎゅうにゅう, ぶたにく	しよくパン, あぶら じゃがいも, バター こむぎこ, さとう	いちごジャム, にんにく セロリ, たまねぎ, にんじん キャベツ, きゅうり, コーン		587 21.3
27 火	もずくどん かきたまじる いよかん	○	ぎゅうにゅう, ぶたにく もずく, とうふ, たまご	こめ, おおむぎ, あぶら さとう, でんぷん	たまねぎ, にんじん, コーン しょうが, えのきたけ ほうれんそう, ねぎ いよかん		525 21.4
28 水	ごはん くじらのたつたあげ はくさいのこぶあえ さつまじる	○	ぎゅうにゅう, くじらにく こんぶ, ぶたにく, みそ	こめ, ごまあぶら こむぎこ, でんぷん あぶら, さつまいも	にんにく, しょうが, りんご はくさい, きゅうり, ごぼう にんじん, だいこん こんにゃく, ねぎ	<div>28（水）くじらの立田揚 給食で昔よく出ていたく じらの料理です。</div> <div></div>	582 22.4
29 木	ミックスビビンバ ワンタンスープ こくとうアーモンド	○	ぎゅうにゅう, ぶたにく あぶらあげ, ぶたにく なると	こめ, あぶら, さとう ごまあぶら, ごま ワンタンのかわ アーモンド	にんにく, しょうが, たけのこ にんじん, もやし, こまつな ねぎ, にら		617 27.4
30 金	しわちょうのごはん とうこうじたくあんのごまいため あつあげのゆずみそかけ ひつつみじる	○	ぎゅうにゅう, なまあげ みそ, とりにく	こめ, ごまあぶら, ごま でんぷん, あぶら, さとう こむぎこ	たくあん, しょうが, ゆず にんじん, はくさい, ごぼう しめじ, えのきたけ, ねぎ こまつな		662 23.6

※材料の都合により献立を変更する場合があります。