

令和8年1月 学校給食予定献立表

日 曜日	月 曜日	ごみ	体の中の王 なはだらき						その他 調味料	おやつ
			体をつくるものになる食品		体の精子を育てる食品		エネルギーのものになる食品			
5 (月)	6 (火)	こんだて	1群 たんぱく質 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 無機質 牛乳・小魚 海藻	3群 ビタミン・無機質 緑黄色野菜	4群 その他野菜 葉物	5群 脂水化物 穀類・いも類 砂糖	6群 脂質 油脂	おやつ たこ焼き プリン (スコーン) 豆腐ドーナツ おかし ストロベリー カスタードタルト みそ焼おにぎり 黒糖蒸しパン おかし さつまいも マフィン	
			主食 ごはん				ごはん			
			主菜 木の葉かまぼこの機辺揚げ	木の葉かまぼこ			小麦粉	油	青のり粉	
			副菜 おかかええ みぞけんちん	かつお節 豆腐 みそ	小松菜 にんじん	キャベツ もやし			しょうゆ 和風だし	
7 (水)	8 (木)	ごはん	主食 痛きそば	豚肉	にんじん	キャベツ もやし しいたけ	中華メン	油	焼きそばソース 中華ソース 塩 こしょう 野菜ブイヨン 青のり粉	おやつ プリン (スコーン) 豆腐ドーナツ おかし ストロベリー カスタードタルト みそ焼おにぎり 黒糖蒸しパン おかし さつまいも マフィン
			主菜 子持らししゃもフリッター	子持らししゃもフリッター				油		
			副菜 ツナマヨサラダ	まぐろ	にんじん	白菜 もやし	ごま マヨネーズ		しょうゆ	
			他 牛乳	牛乳						
9 (金)	10 (土)	お正月献立	主食 ごはん			ごはん				おやつ 豆腐ドーナツ 豆腐バター 豆腐
			主菜 鶏肉とれんこんの煮付け煮	鶏肉	にんじん	たまねぎ にんにく グリーンピース ブルーリーン	じゃがいも	油	★カレーワーク ガラムマサラ 中華ソース カレー粉 チップ	
			副菜 紅白こんぶあえ すまじけ	★さると 豆腐	にんじん 小松菜	キャベツ たまねぎ にんにく しょうが		油	しょうゆ みりん 塩	
			他 牛乳	牛乳						
11 (日)	12 (月)	ミルクパン	主食 ごはん			ごはん				おやつ 豆腐
			主菜 ケチャップ肉団子	★ケチャップ肉団子						
			副菜 コールスロー		にんじん	キャベツ とうもろこし		油	酢 塩 こしょう	
			かぼちゃのポタージュ	牛乳	パセリ かぼちゃ	たまねぎ マッシュルーム	米粉	豆乳バター	野菜ブイヨン 塩 こしょう	
13 (火)	14 (水)	ごはん	主食 はちみつパン			はちみつパン				おやつ 豆腐
			主菜 コロッケ			★コロッケ	油			
			キャベツとワインナーのソテー	ワインナー	にんじん	キャベツ たまねぎ			野菜ブイヨン 塩 こしょう	
			ミネストローネ	鶏肉	粉チーズ	にんじん たまねぎ セロリ	じゃがいも マカロニ	豆乳バター	★トマトオニオンチュー 塩 野菜ブイヨン	
15 (木)	16 (金)	ひなくん メニュー	主食 牛乳	牛乳						おやつ 豆腐
			主菜 野菜いっぱいマーボー豆腐	豚肉 豆腐 大豆 みそ	にんじん にら	大根 長ねぎ しいたけ にんにく しょうが たまねぎ	でん粉 砂糖	ごま油 油	チキングラスース 塩 しょうゆ 一味油 辛子	
			副菜 春雨サラダ		にんじん	キャベツ さゆり	春雨 砂糖	ごま ごま油 油	しょうゆ からし粉 酢	
			他 牛乳	牛乳						
17 (土)	18 (日)	ごはん	主食 ごはん			ごはん				おやつ 豆腐
			主菜 ハンバーグデミグラスソース	★ハンバーグ		たまねぎ		油	赤ワイン ケチャップ ★デミグラスソース	
			副菜 ブロッコリーサラダ		ブロッコリー にんじん	キャベツ にんにく とうもろこし	砂糖	オリーブオイル	黒こしょう 酢 酱 塩	
			豚汁	豚肉 豆腐 みそ	にんじん	大根 ごぼう 長ねぎ	じゃがいも	油	混合だし	
19 (月)	20 (火)	ごはん	りんごゼリー			★りんごゼリー				おやつ 豆腐
			牛乳	牛乳						
			主食 茨城県産小麦パン			茨城県産小麦パン				
			主菜 スラッピー・ジー	豚肉 大豆	にんじん	たまねぎ しいたけ	パン粉 砂糖		ケチャップ こしょう ワスターーソース	
21 (水)	22 (木)	ごはん	チーズ粉ふきいも		チーズ	パセリ			塩 こしょう	おやつ 豆腐
			マカロニスープ	ベーコン		ほうれん草 にんじん	白菜 たまねぎ	マカロニ	野菜ブイヨン 塩 こしょう	
			牛乳	牛乳						
			主食 ピビンバ(肉炒め)	豚肉		ごはん			テンメンジャン しょうゆ みりん 酢	
23 (金)	24 (土)	ごはん	ピビンバ(油入りナムル)	★いり玉子	にんじん ほうれん草	もやし	砂糖	ごま油	チキングラスース 塩 しょうゆ こしょう	さつまいも マフィン
			わかめスープ	豆腐	わかめ	小松菜 にんじん	大根 長ねぎ			
			牛乳	牛乳						

茨城町学校給食共同調理場

日 (曜)	ごんたて	体の中での主なはたらき						その他 調味料	おやつ
		体をつくるものとなる食品		体の働きを整える食品		エネルギーのもととなる食品			
20 (火)	1群 たんぱく質 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 無機質 牛乳・小魚 海藻	3群 ビタミン・無機質 緑黄色野菜	4群 炭水化物 他の野菜 葉物	5群 脂質 数類・いも類 砂糖	6群 油脂			
	主食 ソフトメン				ソフトメン				
	主菜 あんかけうどん汁	鶏肉		ほうれん草 にんじん	たまねぎ 長ねぎ しいたけ	でん粉		混合だし ショウゆ 塩 みりん	
	副菜 納豆ほこの土佐あえ	★かまぼこ かつお節	いばらき 美味しい day	小松菜	キャベツ きゅうり	三倍糖	油	ショウゆ 塩 酢	
	手作りかき揚げ	大豆		にんじん	たまねぎ	さつまいも 小麦粉	油		
21 (水)	他 牛乳		牛乳						
	主食 ごはん				ごはん				
	主菜 肉豆腐	豚肉 豆腐		さやいんげん にんじん	長ねぎ	しらたき 砂糖		ショウゆ みりん	
	副菜 のりあえ	まぐろ	のり	にんじん ほうれん草	もやし			ショウゆ 酢	
22 (木)	他 牛乳		牛乳						
	主食 わかめごはん		★わかめごはんの素		ごはん				
	主菜 鶏肉のから揚げ	鶏肉			しょうが にんにく	でん粉	油	ショウゆ 酒	
	副菜 五色あえ	★いり玉子 ハム		ほうれん草 にんじん	キャベツ 砂糖	油		ショウゆ 酢	
	副菜 中華スープ			チングンサイ にんじん	白菜 たけのこ 長ねぎ しめじ えのきだけ	ごま油		チキングラスープ 塩 ショウゆ	
23 (金)	他 沖やしマンゴー				★マンゴー				
	他 牛乳		牛乳						
	主食 ナン				★ナン				
	主菜 キーマカレー	豚肉 ひよこ豆		トマト にんじん	たまねぎ にんにく しょうが	油		★カレールワ ケチャップ カレー	
26 (月)	副菜 シーザーサラダ	ベーコン	チーズ	フロッピーリー 赤パブリカ 黄パブリカ	キャベツ きゅうり レモン	★クルトン	ノンエッグマヨネーズ オリーブオイル	酢 塩 黒こしょう	
	他 牛乳		牛乳						
	主食 ごはん				ごはん				
	主菜 鶏の塩焼き	★鶏切身							
27 (火)	副菜 焼きいも	油揚げ		にんじん	れんこん ごぼう しいたけ	しらたき 砂糖	油	ショウゆ 酢 塩	
	副菜 のっついけ			にんじん	大根 えのきだけ 長ねぎ	さといも でん粉		混合だし ショウゆ 酒 塩	
	他 牛乳		牛乳						
	主菜 茨城県産小麦パン				茨城県産小麦パン				
28 (水)	主菜 ポークフランシチュー	豚肉 いんげん豆		パセリ トマト にんじん	たまねぎ にんにく セロリ マッシュルーム	じゃがいも	油	野菜ブイヨン ★ハヤシフレーク ★チミクラスマース 塩 こしょう	
	副菜 ハムと野菜のサラダ	ハム		にんじん	きゅうり たまねぎ キャベツ レモン		油	酢 塩 こしょう	
	他 牛乳		牛乳						
	主食 ごはん				ごはん				
29 (木)	主菜 肉じゃが	豚肉		さやいんげん にんじん	たまねぎ しいたけ	じゃがいも 砂糖	油	ショウゆ みりん	
	副菜 ごまあえ			小松菜 にんじん	キャベツ もやし	砂糖	ごま	ショウゆ	
	副菜 豆腐	★納豆							
	他 牛乳		牛乳						
30 (金)	主食 ごはん				ごはん				
	主菜 いかの香味ソース	★いか切り身でん粉付き			しょうが 長ねぎ	砂糖	油 ごま油	ショウゆ 酢	
	副菜 にらともやしのあえもの			にんじん にら	もやし	三倍糖	ごま油	ショウゆ	
	副菜 たまごスープ	卵 豆腐		小松菜 にんじん	たまねぎ	でん粉		野菜ブイヨン 塩	
	他 牛乳		牛乳						

☆小魚類（しらす・ちりめんじゃこ等）は、えび・かにを食べているか、えび・かにが混ざる漁場で採取しています。

※ 都合により、献立や材料を変更することがありますので、ご了承ください。

茨城町産の食材は、米・長ねぎです。

ひぬ丸くんWi-Fiの茨城町産の食材は、米・キャベツ・きゅうり・大根・たまねぎ・にら・にんじん・長ねぎです。

茨城町産の食材は、ソフトメン・牛乳・卵・豚肉・さつまいもです。



茨城町のマスコットのひぬ丸くんです。
ひぬ丸くんのマークが付いている食材は茨城町産です。