

食堂献立表

1月

令和7年度

2026

	献立	使用材料品目		献立	使用材料品目
1/8 Thu	たこ焼きうどん わかめご飯 サニーレタス ブロッコリー 鶏の天ぷら いかの天ぷら	(うどん・たこ・蒲鉾・わかめ・青ネギ) (白米・わかめ) (鶏肉・小麦粉) (イカ・小麦粉)	1/19 Mon	鮭のバジル焼き 生野菜 スペゲティサラダ 三角春巻き ヒレカツ チンゲン菜とコーンの和え物 ご飯	(さけ・バジル) (キャベツ・人参) (スペゲティ・ロースハム・胡瓜) (春雨・人参・竹の子・小麦粉) (豚肉・小麦粉・玉子・パン粉) (チンゲン菜・コーン) (白米)
1/9 Fri	サーモンフライ 生野菜・ミニトマト ほうれん草としめじの和え物 ミニオムレツ マカロニサラダ ひじき煮 ご飯	(鮭・小麦粉・玉子・パン粉) (キャベツ) (ほうれん草・しめじ・胡麻) (たまご) (マカロニ・胡瓜・ロースハム) (ひじき・人参・大豆) (白米)	1/20 Tue	油淋鶏 グリーンサラダ ミニトマト ポテトサラダ エビフライ ほうれん草の胡麻和え ご飯	(鶏肉・片栗粉・長ネギ) (キャベツ・サニーレタス・貝割れ大根) (メークイン・胡瓜・ロースハム) (エビ・小麦粉・玉子・パン粉) (ほうれん草・胡麻) (白米)
1/13 Tue	マーボー白菜 サニーレタス ミニトマト 焼売 エビかつ ご飯	(合挽ミンチ・白菜・玉ねぎ・人参) (豚ミンチ・キャベツ・小麦粉) (エビ・小麦粉・玉子・パン粉) (白米)	1/21 Wed	白身魚の竜田揚げ 生野菜 チーズ入りメンチカツ イカリングフライ 小松菜とちりめんじゃこの和え物 ご飯	(ホキ・片栗粉) (キャベツ) (チーズ・合挽ミンチ・玉ねぎ・小麦粉・玉子・パン粉) (イカ・小麦粉・玉子・パン粉) (小松菜・ちりめんじゃこ) (白米)
1/14 Wed	鯖の味噌煮 生野菜・オレンジ 焼きそば コーンコロッケ 小松菜と人参の和え物 がんも ご飯	(さば・みそ) (キャベツ) (中華麺・豚肉・キャベツ・玉ねぎ・人参) (コーン・メークイン・小麦粉・玉子・パン粉) (小松菜・人参) (大豆・ひじき・人参) (白米)	1/22 Thu	カレーライス グリーンサラダ チキンナゲット フライドポテト	(白米・合びきミンチ・メークイン・人参・玉ねぎ) ・カレー粉・福神漬け) (キャベツ・サニーレタス・貝割れ大根) (鶏肉・小麦粉) (じゃがいも)
1/15 Thu	回鍋肉 サニーレタス ぎょうざ 肉団子 ご飯	(豚肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・ピーマン) (豚ミンチ・キャベツ・小麦粉) (合びきミンチ) (白米)	1/23 Fri	豚キムチ レタスサラダ ミニトマト 春巻き 5種のチーズカツ ご飯	(豚肉・キムチ・キャベツ・玉ねぎ・人参) (レタス・サニーレタス) (春雨・人参・きくらげ・竹の子・小麦粉) (チーズ・合挽ミンチ・小麦粉・玉子・パン粉) (白米)
1/16 Fri	鶏肉の照り焼き 生野菜 ブロッコリー・ミニトマト きんぴらごぼう カニクリーミィコロッケ ナポリタン ご飯	(鶏肉) (キャベツ) (ごぼう・人参・胡麻) (カニ・牛乳・生クリーム・小麦粉・玉子・パン粉) (スパゲッティ・玉ねぎ・人参) (白米)	1/26 Mon	カレイの香草焼き ミックスサラダ 大根とがんもの煮物 ベビードッグ イカフライ スペゲティサラダ ご飯	(カレイ・バジル) (キャベツ・人参・コーン) (大根・人参・がんも) (ウインナー・小麦粉) (イカ・小麦粉・玉子・パン粉) (スペゲティ・ロースハム・胡瓜) (白米)
			1/27 Tue	マーボー丼 温野菜 もやしと人参のナムル 白身魚フライ エビ焼売	(白米・合挽ミンチ・絹ごし豆腐・中華味噌・青ネギ) (キャベツ・人参・コーン) (もやし・人参) (ホキ・小麦粉・玉子・パン粉) (エビ・豚ミンチ・小麦粉)
			1/28 Wed	ハヤシライス グリーンサラダ エビフライ ハッシュドポテト	(白米・牛肉・玉ねぎ・人参) (キャベツ・サニーレタス・貝割れ大根) (エビ・小麦粉・玉子・パン粉) (じゃがいも)
			1/29 Thu	親子丼 生野菜 ミニトマト 串カツ ゼリー	(白米・鶏肉・玉ねぎ・たまご・青ネギ) (キャベツ) (豚肉・小麦粉・玉子・パン粉)