



# 令和6年度1月 学校給食予定献立表



※ 給食には、毎日「牛乳（2群）」がつかます。

時津町学校給食公社第2調理場

日	曜	献立	主 な 調 理 と 材 料 名						栄養価	
			体をつくるものになる		体の調子を整えるものになる		エネルギーのもとになる		エネルギー	たんぱく質
			1群	2群	3群	4群	5群	6群		
8	水	コッペパン スパゲティミートソース コールスロー	ぶた肉	粉チーズ	にんじん トマト	セロリ たまねぎ まいたけ	コッペパン スパゲティ	油	828	32.1
9	木	ごはん 麻婆豆腐 パンサンスー	とうふ ぶた肉 赤みそ		にんじん	たまねぎ グリンピース しょうが しいたけ にんにく	ごはん さとう でん粉	油	795	27.7
10	金	ごはん 具雑煮 ブリの照り焼き 紅白なます	とり肉 はんぺん 高野とうふ	こんぶ	にんじん	はくさい ごぼう しいたけ	ごはん もち 里いも さとう でん粉	ごま油	820	33.5
13	月	成人の日								
14	火	わかめごはん きつねうどん カラフルきんぴら	あぶらあげ とり肉 はんぺん	わかめ	はねぎ		ごはん うどん さとう	油	807	29.3
15	水	パーカーハウスパン ミネストローネ メンチカツ キャベツのソテー	ベーコン	粉チーズ	にんじん トマト パセリ	たまねぎ セロリ にんにく	パーカーハウスパン ABCマカロニ じゃがいも	油	769	29.3
16	木	ごはん いもち汁 筑前煮	ぶた肉 はんぺん あぶらあげ		にんじん はねぎ	はくさい	ごはん じゃがいも	油	810	26.3
17	金	ポークカレー（麦ごはん） （ポークカレーのルー） ツナサラダ	ぶた肉	粉チーズ	にんじん	たまねぎ グリンピース りんご	ごはん じゃがいも	油	869	28.7
20	月	ごはん 八宝菜 茎わかめの中華和え	ぶた肉 イカ うずらの卵		きぬさや にんじん	はくさい たまねぎ しょうが たけのこ	ごはん さとう でん粉	油	774	29.9
21	火	ごはん かき玉汁 豚肉と大根のべっこう煮	たまご とり肉 はんぺん		にんじん ほうれんそう	たまねぎ えのきだけ	ごはん でん粉	油	766	31.1
22	水	コッペパン 野菜スープ グラタン	ベーコン		にんじん パセリ	キャベツ たまねぎ	コッペパン	油	788	34.3
23	木	キムチチャーハン わかめスープ 鶏肉のオイスターソース炒め	ぶた肉		にんじん ニラ	白菜キムチ	ごはん 油	771	34.4	
24	金	ごはん ぬっぺ アジフライ きゅうりのひじき和え	とり肉 あつあげ		にんじん いんげん	こんにゃく だいこん しいたけ れんこん	ごはん さとう でん粉	油	771	32.1
27	月	ごはん いりやき とんちやん	とり肉 あつあげ		にんじん	こんにゃく たまねぎ はくさい ごぼう しいたけ ぶかねぎ	ごはん さとう	油	777	31.3
28	火	麦ごはん みそけんちん汁 鮭の塩焼き 高菜の炒め物	とり肉 とうふ 米みそ		にんじん	ごぼう だいこん こんにゃく ぶかねぎ	ごはん 油	765	36.0	
29	水	小型米粉パン ちゃんぽん 小籠包 れんこんとたけのこの炒め物	ぶた肉 あけかまぼこ はんぺん イカ		にんじん キヌサヤ	キャベツ もやし たまねぎ	ごはん ちゃんぽんめん	油	786	33.5
30	木	ずうし 鯨のオーロラがらめ いんげんのごま炒め よりより（マファール）	とり肉 貝柱		にんじん かぼちゃ はねぎ	しいたけ はくさい	ごはん でん粉 さとう	油	772	37.2
31	金	ごはん ポテトスープ タンドリーチキン ブロッコリーのソテー	ベーコン		にんじん パセリ	たまねぎ	ごはん じゃがいも	油	774	30.2

\* 献立の食材は、天候等により変更になる場合がございますのでご了承ください。

**\* 1月24～30日は全国学校給食週間です \***

毎年1月24日から30日は全国学校給食週間です。学校給食の意義や役割について、理解と関心を深める週間となっております。この期間は、長崎県の郷土料理や日本で最初の給食、懐かしい鯨肉の料理などが登場します。

みなさんにとって、**み**のい多き年になりますように  
\* 2025年もどうぞよろしくお願ひいたします \*



# 令和6年度 1月食物アレルギー原因食品一覧表

時津町学校給食公社第2調理場

※牛乳は毎日つきます。

日	曜	献立	使用されている原因食品及びアレルギー						備考
			乳製品類	卵類	魚介類・甲殻類	肉類・豆類	穀類	種実類	
8	水	コッパン <b>時津中なし</b> スパゲティミートソース コールスロー	粉チーズ(乳)						
9	木	ごはん 麻婆豆腐 ハンサンスー						豆板醤(唐辛子)	
10	金	ごはん 具雑煮 ブリの照り焼き 紅白なます							
13	月	成人の日							
14	火	わかめごはん きつねうどん カラフルさんぴら						唐辛子	
15	水	パーカーハウスパン ミネストローネ メンチカツ キャベツのソテー	粉チーズ(乳) (乳)						
16	木	ごはん いもち汁 筑前煮							
17	金	ポークカレー(麦ごはん) (ポークカレーのルー) ツナサラダ	粉チーズ(乳)						
20	月	ごはん 八宝菜 茎わかめの中華和え		うずらの卵(卵)	イカ				
21	火	ごはん かき玉汁 豚肉と大根のべっこう煮		卵					
22	水	コッパン 野菜スープ グラタン	マーガリン・チーズ・ スキムミルク(乳)						
23	木	キムチチャーハン わかめスープ 鶏肉のオイスターソース炒め						白菜キムチ(唐辛子)	
24	金	ごはん ぬっぺ アジフライ きゅうりのひじき和え							
27	月	ごはん いりやき とんちゃん							
28	火	ごはん みそけんちん汁 鮭の塩焼き 高菜の炒め物			サケ				
29	水	小型米粉パン ちゃんぽん 小籠包 れんこんとたけのこの炒め物			イカ			七味唐辛子(唐辛子)	
30	木	すうし 鯨のオーロラがらめ いんげんのごま炒め よりより(マファール)			貝柱				
31	金	ごはん ポテトスープ タンドリーチキン ブロッコリーのソテー	ヨーグルト(乳) バター(乳)						

※ コンタミネーションの資料が必要な場合は、時津町第2給食センター(☎095-882-4281)まで、ご連絡ください。

毎月必ず「食物アレルギー原因食品一覧表」と「献立表」を見て、チェックをお願いします。食物アレルギーの原因となる食品をまちがって食べることがないように注意しましょう。