

令和8年1月分 学校給食予定献立表



《15回》

松伏町学校給食センター ほほえみ

中学校

日	曜	献立名	栄養量		食 品 名			
			エネルギー Kカロリー	たん白質 g	力や熱のもとになる 黄 食品	血や肉の 赤 肉をつくる 品	体の調子を整える 緑 品	
9	金	麦ご飯 牛乳 ビビンバ えびにらまんじゅう2個 バンサンスー 棒棒鶏ドレッシング	836	35.9	米 麦 はるさめ 砂糖 ごま ごま油 米油	牛乳 牛肉	キャベツ きゅうり ねぎ せんまい だいこん もやし たけのこ にんじん ほうれんそう にんにく ほうれんそう 大豆もやし しいたけ えびにらまんじゅう	
13 ★	火	わかめご飯 牛乳 雑煮 鮭フライ ソース ごまみそきんぴら	821	34.2	わかめごはん 白玉団子 砂糖 ごま ごま油 米油	牛乳 さけフライ かまぼこ さつまあげ 鶏肉	ごぼう こまつな だいこん にんじん ねぎ れんこん しいたけ	
14	水	フローラル 牛乳 クラムチャウダー ハンバーグトマトソース 野菜ソテー	839	33.3	フローラル じゃがいも 砂糖 オリーブオイル 米油 バター	牛乳 あさり ハム ショルダーベーコン 生クリーム ハンバーグ	キャベツ たまねぎ トマト にんじん にんにく マッシュルーム バター ポタージュベース	
15	木	麦ご飯 牛乳 フォースープ 目玉焼き風オムレツ ガパオライスの具	767	32.1	米 麦 フォー でん粉 砂糖 ごま油 米油	牛乳 大豆 豚肉 鶏肉 目玉焼き風オムレツ	こまつな たまねぎ チングンサイ にんじん にんにく バジル たけのこ 赤ピーマン もやし しいたけ エリンギ	
16	金	ご飯(彩のきずな) 牛乳 あおさのみそ汁 鶏肉のから揚げ2個 なめ茸和え ヨーグルト	819	38.1	米 小麦粉 でん粉 米油	牛乳 豆腐 油揚げ あおさ 鶏肉 ヨーグルト	キャベツ だいこん にんじん ねぎ ほうれんそう えのきたけ なめ茸	
19	月	ツイストパン 牛乳 カレースープ 野菜グラタン グリーンサラダ サウザンドレッシング	847	24.0	ツイストパン じゃがいも 米油 バター 野菜グラタン	牛乳 豚肉	キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん ピーマン ブロッコリー マッシュルーム	
20	火	揚げ麺 牛乳 長崎チャーハン ごま団子2個 チングン菜の中華炒め	879	34.0	揚げ麺 でん粉 ごま油 米油 ごま団子 さとう	牛乳 えび いか 豚肉 鶏肉 なると うずら卵	こまつな しょうが たまねぎ チングンサイ にんじん にんにく もやし はくさい しめじ	
21	水	菜飯 牛乳 豚汁 ヒラスの照焼き 白菜の煮びたし	783	40.0	米 じゃがいも 砂糖 米油	牛乳 油揚げ ヒラスの照り焼き かまぼこ 豚肉	菜飯の素 こんにゃく ごぼう だいこん にんじん ねぎ はくさい ほうれんそう	
22	木	バターライス 牛乳 チキンダルカレー アチャール風サラダ ゆず風味ドレッシング はるか 四角チーズ	780	28.8	米 バター じゃがいも ミックスピニーズ 米油 カレールウ	牛乳 鶏肉 チーズ ヨーグルト	バター キャベツ はるか レッドキャベツ しょうが たまねぎ とうもろこし にんにく すりおろしりんご	
23	金	ご飯 牛乳 トックスープ 春巻 チンジャオロースト	842	28.0	米 トック でん粉 砂糖 ごま ごま油 米油 春巻	牛乳 牛肉 鶏肉	だいこん たけのこ にら にんじん ねぎ ピーマン 赤ピーマン しいたけ	
26 ★	月	ご飯(彩のきずな) 牛乳 カレー肉じゃが 餅いなり ぬた和え	814	31.1	米 じゃがいも 砂糖 ごま 米油	牛乳 いか さつまあげ 牛肉 餅いなり	こんにゃく さやいんげん こまつな だいこん たまねぎ にんじん	
27	火	山型食パン 飲むヨーグルト ミネストローネ チキンカツレツ風 パンネのクリーム煮	827	35.2	山型食パン ペンネマカロニ パン粉 オリーブオイル 米油 バター	ショルダーベーコン フランクフルト 鶏肉 牛乳 生クリーム 飲むヨーグルト 粉チーズ ベシャメルソース	かぶ セロリー たまねぎ とうもろこし トマト にんじん にんにく しめじ マッシュルーム バジル バター かぶの葉	
28	水	ご飯 牛乳 茎わかめとホタテの中華スープ 酢豚 ゴールデンキウフルーツ	761	31.7	米 でん粉 砂糖 ごま ごま油 米油	牛乳 豆腐干絲 茎わかめ ほたて貝フレーク なると 豚 肉 鶏肉	だいこん たけのこ たまねぎ にんじん ねぎ ピーマン 大豆もやし ゴールデンキウ しいたけ	
29	木	地粉うどん 牛乳 ミートソース スペイン風オムレツ カラフルサラダ イタリアンドレッシング	824	31.7	地粉うどん 小麦粉 砂糖 米油 バター デミグラスソース	牛乳 豚肉 スペイン風オムレツ	キャベツ きゅうり しょうが たまねぎ トマト にんじん にんにく 赤ピーマン 黄ピーマン バター	
30	金	ご飯 牛乳 けんちん汁 鮭のみそ煮 桜エビ入り千草炒め	832	34.7	米 さといも でん粉 砂糖 米油	牛乳 豆腐 油揚げ 焼 さば かまぼこ 炒り玉子 桜えび	キャベツ ごぼう しょうが だいこん にんじん ねぎ ほうれん草 もやし しいたけ	
平均栄養量			818	32.8	※ 毎月19日は「食育の日」です ※ 献立は、材料の都合により変更することがありますので、あらかじめご了承ください。 ※ (★)印の日に、放送用資料があります。 ※ 「はし」は毎日清潔なものを持ってきましょう。 ※ 「スプーン」は 印のついた日に持ってきましょう。			
標準量			830	33.2				



※次ページに「松伏町学校給食 食物アレルギー等の対応について」が記載されています。



学校給食は、明治22年に山形県の鶴岡市の私立忠愛小学校で貧困児童を対象に行われたのがはじまりです。毎日おいしい給食を食べられることに感謝しましょう。



●松伏町学校給食 食物アレルギー等対応について

松伏町では食物アレルギー等の対応として、下記の資料を提供しております。
(松伏町HPに掲載しています)

- 1 献立表詳細（給食材料が詳細に記載された献立表）
- 2 松伏町商品規格書（使用原材料名・特定原材料・特定原材料に準ずるもの
が記載されている規格書）
 - ・加工食品等に含まれる使用原材料は全てが表示されているわけではありません。
 - ・学校給食では、コンタミネーション（食品を製造する際に、原材料として
は使用していないが、アレルゲンを含む他の製品と同じ製造ラインを使用
することにより、意図せずアレルゲン物質が微量に混入してしまうこと）
等は避けられません。
 - ・丸ごと食べられる魚やその他の魚に関して、魚卵を含む場合があります。
また、小魚や海そうには、えび・かに等を含む場合があります。
 - ・同じ献立名でも、使用する月により製造業者が変更になります。必ず、
該当月の食物アレルギー対応資料で確認してください。

●給食センターで調理及び洗浄する際のコンタミネーションや留意点について

- 1 給食センター内は、多数の食品を扱うため、アレルゲン物質のコンタミネ
ーションが起こりうる環境です。コンタミネーションを防止することは
困難であることをご理解ください。
- 2 揚げ油はろ過して数回使用しているため、アレルゲン物質を含む食品及
び加工食品も調理しています。
- 3 都合により、献立及び使用食品の変更をすることがあります。
- 4 食器や調理に使う器具の洗浄について、微量の洗い残し、鉄板の焼き付き
やこびりつきなどがあり、完全な除去はできません。

◎特定原材料（8品目）

えび・かに・くるみ・小麦・そば・卵・乳・落花生

◎特定原材料に準ずるもの（20品目）

アーモンド・あわび・いか・いくら・オレンジ・カシューナッツ・
キウイフルーツ・牛肉・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・バナナ・
豚肉・マカダミアナッツ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン