

1月給食こんだて表

京丹後市立宇川小学校

月	火 10	水 11	木 12	金 13
 	ハヤシライス 白ごはん、豚肉、塩、こしょう、玉ねぎ、人参、マッシュルーム、コンソメ、ルウ、牛乳、ケチャップ、ソース、チーズ ポパイサラダ ほうれん草、キャベツ、ハム、みかん、マヨネーズ、塩、こしょう パンナコッタ オレンジソースかけ 牛乳、砂糖、生クリーム、エースアガー、オレンジジュース、水、砂糖、でん粉 ぎゅうにゅう	白ごはん とりにくのてりに 鶏肉、しょうが、砂糖、みりん、しょうゆ、酒 たくあんわふうあえ 沢庵、白菜、水菜、人参、ごま、かつお、しょうゆ、塩 さわにあん 豆腐、大根、ごぼう、人参、しいたけ、ねぎ、だし、しょうゆ、塩 ぎゅうにゅう	白ごはん とうふとえびの 千里ソース 豆腐、豚肉、えび、筍、玉ねぎ、しめじ、胡、しょうが、ねぎ、コンソメ、ケチャップ、砂糖、しょうゆ、トウバンジャン、グリーンピース きりぼし大こんの サラダ 切干大根、キャベツ、人参、竹輪、じゃこ、しょうゆ、酢、砂糖、ごま、塩 大がくいも さつまいも、砂糖、しょうゆ、みりん、水あめ、酢、ごま ぎゅうにゅう	あずきごはん 米、小豆、塩、ゆで汁 さわらのたつ田あげ さわら、しょうゆ、酒、しょうが、薄力粉 こう白なます 大根、人参、酢、砂糖、しょうゆ、塩 白たまごうに 白玉粉、里芋、豆腐、人参、ねぎ、かまぼこ、だし、みそ ぎゅうにゅう
	いりごきごはん 米、大根、鶏肉、油揚げ、こんにゃく、人参、しょうゆ、酒、みりん、だし、塩 ツナ入りおひたし ツナ、白菜、小松菜、しょうが、しょうゆ、砂糖、塩 かきたまじる ふ、かまぼこ、玉ねぎ、わかめ、だし、しょうゆ、塩 ぎゅうにゅう	白ごはん くしかつ 豚肉、塩、こしょう、ねぎ、薄力粉、玉子、牛乳、パン粉、ケチャップ、ソース、ワイン、砂糖、塩 ゆでやさい キャベツ、人参、塩、こしょう ごもくスープ 鶏肉、白菜、玉ねぎ、人参、きくらげ、中華スープ、しょうゆ、酒、塩、こしょう ぎゅうにゅう	キャロットライス 米、人参、人参ジュース、コンソメ、塩 ふゆやさいの クリームシチュー 鶏肉、蕪、白菜、玉ねぎ、ブロッコリー、しめじ、バター、薄力粉、牛乳、チーズ、コンソメ、塩、こしょう、生クリーム みずなとりんごの サラダ 水菜、リンゴ、ハム、キャベツ、人参、酢、砂糖、しょうゆ、塩、こしょう ぎゅうにゅう	白ごはん すごもりたまご 玉子、塩、こしょう、ひじき、人参、しょうゆ、みりん、だし かぶのあまずけ 蕪、人参、酢、みりん、砂糖、しょうゆ、塩 がめに (福岡県) 鶏肉、ごぼう、人参、こんにゃく、筍、蓮根、厚揚げ、インゲン、だし、砂糖、みりん、酒、しょうゆ ぎゅうにゅう
白ごはん ぶたにくの しょうがやき 豚肉、しょうが、しょうゆ、みりん、塩 やさいのごまみそあえ じゃが芋、もやし、ほうれん草、人参、ごま、みそ、砂糖、みりん ひつみ (岩手県) 薄力粉、強力粉、鶏肉、大根、人参、ねぎ、しいたけ、だし、しょうゆ、酒、塩 ぎゅうにゅう	白ごはん つぼすのはるさめ あんかけ ぶり、塩、こしょう、薄力粉、春雨、グリーンピース、しいたけ、筍、人参、だし、砂糖、みりん、しょうゆ、しょうが いぞかあえ キャベツ、小松菜、のり、しょうゆ ごじる (群馬県) 大豆、ごぼう、こんにゃく、人参、大根、里芋、ねぎ、豆乳、だし、みそ ぎゅうにゅう	まつぶたずし (京都府) 米、昆布、酒、酢、砂糖、さば、缶、砂糖、しょうゆ、塩、酒、しいたけ、人参、かんぴょう、かまぼこ、玉子、いんげん、しょうが すましじる 豆腐、えのき、人参、玉ねぎ、ねぎ、だし、しょうゆ、塩 ヨーグルトゼリー ゼリー、ヨーグルト、水 ぎゅうにゅう	カレーライス 白ごはん、豚肉、塩、こしょう、じゃがいも、玉ねぎ、人参、グリーンピース、カレールウ、ソース、しょうゆ、ケチャップ、コンソメ、牛乳、チーズ ブロッコリーの ごまサラダ ブロッコリー、人参、キャベツ、かにかま、マヨネーズ、ごま、塩、こしょう、しょうゆ ふくじんづけ ぎゅうにゅう	白ごはん マーボー大こん 大根、ミンチ、しょうが、胡、玉ねぎ、ねぎ、しいたけ、人参、中華スープ、砂糖、しょうゆ、みそ、みりん、トウバンジャン、ごま油 はるさめのすのもの 春雨、キャベツ、ハム、人参、わかめ、酢、砂糖、しょうゆ、ごま 大ずとじゃこの スナック 大豆、煮干し、砂糖、水あめ、みりん、しょうゆ ぎゅうにゅう
白ごはん いかりんあげ いか、塩、しょうが、しょうゆ、砂糖 キャベツとたまごのおひたし 玉子、牛乳、砂糖、塩、小松菜、キャベツ、人参、しょうゆ かすじる 豚肉、豆腐、大根、ねぎ、人参、油揚げ、だし、みそ、酒かす ぎゅうにゅう	5年生リクエスト こんだて 	目標 給食を作っている人に感謝して食べよう。 宇川小学校の給食週間は、1月18日～25日までです。この期間は、「食器を持って食べる。」ということ意識して、食事のマナーに気をつけながら給食を食べましょう。また、この期間は日本各地の郷土料理を献立に取り入れています。北から南へ、日本列島を給食で旅行しましょう。 全国学校給食週間は1月24日～30日までです。		

こんだてでは都合により変更になることがあります。

