

保護者確認欄

エビ、イカ、カニ、タコ

(4)

2026、1月分予定献立

(月)	(火)	(水)	(木)	(金)
5	6	7	8 古代米ご飯 ぶりの照り焼き 紅白なます 白玉雑煮	9 米飯 ビビンバ (肉、野菜・錦糸卵) わかめスープ
12	13 米飯 マーぼー豆腐 チンゲンサイのいじり和え	14 黒糖パン きつねうどん ほうれんそうの和え物	15 米飯 ユーリンチー 小松菜のナムル 豆腐のすまし汁	16 米飯 さばのしょうが煮 たくあんのごま和え 豚汁
19 パン 米粉のピーフシチュー 海と畑のサラダ しらぬい(個包装)	20 米飯 魚(くろだい)の塩こうじ焼き ほうれんそうのごま和え かきたま汁	21 米飯 あんかけ丼 ビーフンサラダ	22 米飯 鶏肉と里芋の揚げ煮 ふのみそ汁	23 米飯 豚肉おろしづん酢炒め すり身団子スープ
26 米飯 鶏肉の柚庵焼き きゅうりともやしの和え物 かにとねぎのスープ	27 麦ご飯 淡路牛カレー 大根とちりめんのサラダ (小袋和風ドレッシング) 匠淡路島ヨーグルト	28 米飯 豆カツ 黒豆とキャベツの和え物 ぼたん汁	29 米飯 姫路おでん ひねぽんサラダ	30 米飯 ぼっかけ丼 (牛すじ、野菜) かす汁

わかめ、ちりめん等海産物には、エビ・カニ等が含まれることがあります。

2026、1

No.1

5(月)			6(火)			7(水)			8(木)			9(金)		
材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中
									古代米ご飯 ぶりの照り焼き 紅白なます 白玉雑煮			米飯 ビビンバ (肉、野菜・錦糸卵) わかめスープ		
									ぶり切身 50g 上白糖 こいくちしょうゆ 清酒 本みりん 水 でんぶん	1切 3 4.5 1.5 1.5 4.5 0.4	1切 3 4.5 1.5 1.5 4.5 0.4	牛肉ももばらスライス 葉ねぎ しょうが にんにく こいくちしょうゆ 三温糖	45 3 0.2 0.2 3.2 1.2	54 3.6 0.24 0.24 3.84 1.44
									だいこん にんじん うすくちしょうゆ 米酢 上白糖 ゆず果汁	30 5 2.6 1.8 1.6 0.5	36 6 3.12 2.16 1.92 0.6	大豆もやし ほうれんそう 冷凍ほうれんそう にんじん いりごま うすくちしょうゆ 上白糖	24 15 15 9 3.4 0.6	28.8 18 18 10.8 4.08 0.72
									かぶ 金時にんじん 里芋 ごぼう 白玉もち 葉ねぎ 白みそ みそ 出し昆布 削り節 3号だし	18 12 17 13.5 30 3.76 7 1 0.6 4	21.6 14.4 20.4 16.2 36 4.51 8.4 1.2 0.6 4	ごま油 錦糸卵 塩蔵わかめ たまねぎ 焼きかまぼこ にんじん 葉ねぎ 丸鶏スープベースHD 天外天塩 こしょう うすくちしょうゆ ごま油	0.6 12 1.5 10 6 10 3.5 15 0.12 0.02 4.8 0.2	0.72 14.4 1.8 12 7 12 3.5 15 0.13 0.03 4.9 0.22
									古代米 天外天塩	5.2 0.5	6.7 0.6			

2026、1

No. 2

12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)
	米飯 マーボー豆腐 チンゲンサイのいじり和え	黒糖パン きつねうどん ほうれんそうの和え物	米飯 ユーリンチー ¹ 小松菜のナムル 豆腐のすまし汁	米飯 さばのしょうが煮 たくあんのごま和え 豚汁

2026、1

No. 3

2026、1

No.4

26(月)			27(火)			28(水)			29(木)			30(金)		
米飯 鶏肉の柚庵焼き きゅうりともやしの和え物 かにとねぎのスープ			麦ご飯 淡路牛カレー 大根とちりめんのサラダ (小袋和風ドレッシング) 匠淡路島ヨーグルト			米飯 豆カツ 黒豆とキャベツの和え物 ぼたん汁			米飯 姫路おでん ひねぽんサラダ			米飯 ぽっかけ丼 (牛すじ、野菜) かす汁		
材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中
鶏もも皮つき	小1.2年	その他	牛肉ももばら角切り	30	36	枝豆と豆腐のミンチカツ 60g [乳・卵不使用]	1個	1個	豚肩ロース1.5cm角切り	30	36	牛すじ	42	50.4
上白糖	50	70	赤ワイン	0.5	0.6				じゃがいも	70	84	突きこんにゃく	17	20.4
うすくちしょうゆ	3.5	3.5	米ぬか油	0.3	0.36	米ぬか油	6	6	にんじん	20	24	しょうが	1.2	1.44
清酒	6	6	にんじん	20	24				だいこん	20	24	清酒	3.5	4.2
本みりん	2.1	2.1	たまねぎ	60	72	キャベツ	25	30	板こんにゃく	20	24	三温糖	1.2	1.44
ゆず果汁	2.1	2.1	じゃがいも	54	64.8	冷凍むき枝豆	10	12	三温糖	0.13	0.16	本みりん	4.5	5.4
水	0.7	0.7	マッシュルーム	4	4.8	蒸し黒豆	10	12	こいくちしょうゆ	0.18	0.22	こいくちしょうゆ	3	3.6
でんぷん	6.3	6.3	りんご	3	3.6	うすくちしょうゆ	2.1	2.52	さつま揚げ	10	12	削り節 3号だし	1	1.2
きゅうり	0.56	0.56	給食用カレーフレーク	16	19.2	上白糖	0.3	0.36	焼き竹輪	10	12	出し昆布	0.15	0.18
もやし	20	24	ウスターソース	2	2.4				三温糖	1.6	1.92	水	15	18
天外天塩	20	24	ケチャップ	2	2.4	猪肉スライス	10	12	こいくちしょうゆ	2.5	3			
米酢	0.08	0.1	天外天塩	0.2	0.24	木綿豆腐	30	36	うすくちしょうゆ	3.3	3.96	もやし	25	30
上白糖	1.35	1.62	ガラムマサラ	0.01	0.01	はくさい	30	36	清酒	0.5	0.6	冷凍ほうれんそう	40	48
うすくちしょうゆ	1	1.2	ココナッツミルク	2.5	3	ごぼう	10	12	本みりん	0.5	0.6	いりごま	1	1.2
いりごま	0.64	0.77	だいこん	30	36	にんじん	8	9.6	削り節 3号だし	2	2.4	うすくちしょうゆ	2.2	2.64
すわいがに	0.5	0.6	ほうれんそう	20	24	根深ねぎ	8	9.6	水	70	84	上白糖	0.6	0.72
たまねぎ	15	18	にんじんじゃこ	5	6	本みりん	1.8	2.16	しょうが	1	1.2	米酢	2	2.4
にんじん	20	24	ごま油	3	3.6	清酒	0.9	1.08				ごま油	0.9	1.08
レタス	9	10.8		0.5	0.6	みそ	7.4	8.88	親鶏素焼きスライス	18	21.6			
岩津ねぎ	10	12	和風ドレッシング 8ml	1袋	1袋	煮干し	4	4	にんじん	5	6	冷凍里芋	20	24
丸鶏スープベースHD	15	18	匠淡路島ヨーグルト	1個	1個				きゅうり	10	12	だいこん	15	18
天外天塩	12	12							キャベツ	20	24	にんじん	10	12
こしょう	0.68	0.82							上白糖	2.2	2.64	ごぼう(ささがき)	10	12
	0.02	0.02							米酢	2.2	2.64	葉ねぎ	3.5	4.2
			米粒麦	11.1	14.3				うすくちしょうゆ	3.19	3.83	油揚げ	2	2.4
									ゆず果汁	0.88	1.06	酒かす	4	4.8
												みそ	7.25	8.7
												出し昆布	0.6	0.6
												削り節 3号だし	4	4