

令和7年度

こんだてひょう

氷見市立湖南小学校



日曜	行事食等	こん 献 立	しょう しょくひんめい 使用する食品名		
			ち きんにく 血や筋肉になる	たいおん ちから 体温や力になる	からだ ちょうし ととの 体の調子を整える
8 木		むぎ はん 麦ご飯 牛乳 チーズオムレツ アスパラサラダ ハヤシルウ	ぎゅうにゅう チーズオムレツ ぎゅうにく	ごはん さとう ごま あぶら じやがいも	アスパラガス にんじん キャベツ キュウリ にんにく たまねぎ マッシュルーム しめじ トマト
9 金		バターコッペパン 牛乳 メンチカツ こんにゃくサラダ かぼちゃのクリームシチュー	ぎゅうにゅう メンチカツ とりにく いんげんまめ	バターコッペパン あぶら ドレッシング	ブロッコリー きゅうり にんじん コーン たまねぎ かぼちゃ グリンピース しめじ
13 火		ご飯 牛乳 いわしの生姜煮 小松菜のあえもの 里芋のみぞ汁 りんご	ぎゅうにゅう いわしのしょうがに あつあげみそ	ごはん さといも	こまつな もやし にんじん たまねぎ ねぎ りんご
14 水		ご飯 牛乳 とりにく うめ 鶏肉の梅みそ焼き なつとう スタミナ納豆あえ かき玉汁	ぎゅうにゅう とりにく みそ なつとう とうふ たまご	ごはん さとう さんおんとう ごまあぶら でんぶん	しょうが ぱいにく キャベツ にら もやし たまねぎ にんじん
15 木		ご飯 牛乳 野菜入り肉団子 エリンギとアスパラのソテー とうふ 豆腐スープ あまおうクレープ	ぎゅうにゅう やさいいりにくだんご ベーコン とうふ	ごはん あぶら でんぶん あまおうクレープ	にんにく キャベツ エリンギ にんじん アスパラガス コーン もやし はくさい ねぎ
16 金		しょく 食パン 牛乳 かいそう ハムチーズフライ 海藻サラダ はくさい 白菜スープ いちごマーガリン	ぎゅうにゅう ハムチーズフライ かいそう ベーコン	しょくパン あぶら いちごマーガリン	だいこん きゅうり にんじん たまねぎ はくさい コーン
19 月		ご飯 牛乳 まめ ミックスみぞ豆 いなかじる キャベツのごまあえ 田舎汁	ぎゅうにゅう だいす ひよこまめ こうやどうふ みそ とりにく あぶらあげ	ごはん でんぶん あぶら さとう ごま さといも	キャベツ ブロッコリー にんじん だいこん ねぎ
20 火	給食の旅 京都府	ご飯 牛乳 さわらの西京焼き ねぎのごまマヨあえ かしわのシユシユ	ぎゅうにゅう さわらのさいきょうみそづけ とりにく とうふ	ごはん マヨネーズ ごま さんおんとう ふ	ねぎ だいこん にんじん たまねぎ はくさい
21 水		ご飯 牛乳 ぶたにく 豚肉の生姜炒め 切り干しあえ とうふ 豆腐のすまし汁	ぎゅうにゅう ぶたにく わかめ とうふ	ごはん あぶら さんおんとう ごま	しょうが たまねぎ にんじん こまつな もやし えのきたけ きりぼしだいこん ねぎ

1・2月 給食の目当て

○給食に携わる人たちに、感謝しよう

1・2年生…食事を作ってくれた人たちに感謝しよう。

3・4年生…自然の恵みに感謝して食べよう。

5・6年生…生産者や自然の恵みに感謝し、残さず食べよう。



日曜	行事食等	こん 献 立	しょう しょくひんめい 使用する食品名		
			ち きんにく 血や筋肉になる	たいおん ちから 体温や力になる	からだ ちょうし ととの 体の調子を整える
22 木		ご飯 牛乳 さけのバター焼き 金平ごぼう だいこん 大根としめじのみぞ汁	ぎゅうにゅう さけ さつまあげ あつあげ みそ	ごはん ごめこ バター ごまあぶら さとう ごま	きりごぼう にんじん しめじ さやいんげん だいこん ねぎ
23 金	1月のお祝いデー —	ごめこ 1月のお祝いデー 米粉パン 牛乳 とりあ あ 鶏のから揚げ 青菜のごまあえ カレーポトフ 焼きプリンタルト	ぎゅうにゅう とりにく ウインナー	ごめこパン あぶら でんぶん ごま じゃがいも やきプリンタルト	しょうが こまつな もやし にんじん キャベツ たまねぎ しめじ セロリ
ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん みらい む 全国学校給食週間「未来に向かって～プレイバック昭和100周年～」					
26 月	きゅうしょく 給食 しううかん 週間 こんだて 献立	【未来に残したい食材献立】 ごごくまい はん 五穀米ご飯 牛乳 あ ひみコロカキ揚げ れんこんのごまあえ ばち汁	ぎゅうにゅう ひじき みそ とりにく わかめ あぶらあげ	ごはん ごま オートミール もちあわ キヌア ひえ あぶら さとう うどん	たまねぎ さつまいも かぼちゃ ほうれんそう れんこん キャベツ チンゲンサイ たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ
27 火	きゅうしょく 給食 しううかん 週間 こんだて 献立	【昭和40年の献立】 ロールパン 牛乳 オムレツ フレンチサラダ ゆめ 麺のミートソースかけ	ぎゅうにゅう オムレツ ぶたにく	ロールパン あぶら さとう ソフトめん でんぶん	キャベツ キュウリ にんじん コーン ににく たまねぎ マッシュルーム
28 水	きゅうしょく 給食 しううかん 週間 こんだて 献立	【昭和60年の献立】 ご飯 牛乳 ビビンバの具 ナムル 中華スープ みかん	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ぶたにく あかもそ ソイミート わかめ とうふ	ごはん さとう ごまあぶら ごま	ににく しょうが ねぎ こまつな にんじん もやし ほししいたけ たまねぎ みかん
29 木	きゅうしょく 給食 しううかん 週間 こんだて 献立	【昭和25年の献立】 コッペパン 牛乳 コロッケ ゆで野菜 コンソメスープ いちごジャム	ぎゅうにゅう コロッケ ベーコン	コッペパン あぶら いちごジャム	キャベツ にんじん もやし たまねぎ だいこん はくさい
30 金	きゅうしょく 給食 しううかん 週間 こんだて 献立	【昭和50年の献立】 麦ご飯 牛乳 ウインナー ヨーグルトサラダ ポークカレー	ぎゅうにゅう ウインナー ヨーグルト ぶたにく	むぎごはん あぶら ヨーグルト じやがいも	パイン もも りんご バナナ しょうが ににく たまねぎ トマト グリンピース にんじん

※太字は氷見産の食材です。