

2026年 1月 学校給食予定献立表

可児市学校給食センター

＊●印の食品は月の使用食品成分表で配合・アレルギーをご確認ください。加工食品の詳しい成分等の情報が必要な方は、給食センターまでお問合せください。

7(水)		8(木)		9(金)		13(火)		14(水)		15(木)		16(金)		19(月)		20(火)		21(水)			
		歯の日献立		お正月献立				今週北小リクエスト献立						中学校A				帷子小リクエスト献立			
牛乳 麦ごはん あんとう芋のみそ汁 ハンバーグ和風おろしソース キャベツの磯香あえ 卓上しょうゆ		牛乳 五色ピラフ タンドリーチキン ごぼうサラダ ごまドレッシング 焼プリンタルト		牛乳 麦ごはん 白玉雑煮 ブリの照り焼き ゆかりあえ		牛乳 麦ごはん ふのすまし汁 チキン南蛮 つぼ漬けあえ タルタルソース		牛乳 麦ごはん ポークカレー チョコタフィ 大根サラダ イタリアンドレッシング 生パイン		牛乳 ラーメン 鶏しょうゆラーメンの汁 豚肉のコリアン揚げ まめ豆サラダ ソイドレッシング ヨーグルト		牛乳 麦ごはん みそおでん サワラのごまだれがけ かおりあえ		牛乳 コッペパン コンソメスープ 鶏肉のトマトソース ポテトサラダ マヨネーズ		牛乳 小型コッペパン 焼きそば 鶏肉のトマトソース ポテトサラダ マヨネーズ		牛乳 麦ごはん 豚汁 ホキの甘酢あんかけ 大豆の磯煮		牛乳 麦ごはん 中華スープ 揚げギョウザ ビビンバの具 杏仁豆腐	
牛乳(飲用)	206	牛乳(飲用)	206	牛乳(飲用)	206	牛乳(飲用)	206	牛乳(飲用)	206	牛乳(飲用)	206	牛乳(飲用)	206	牛乳(飲用)	206	牛乳(飲用)	206	牛乳(飲用)	206	牛乳(飲用)	206
精白米	70	アルファ化米	55	精白米	70	精白米	70	精白米	70	ラーメン	160	精白米	70	コッペパン	55	コッペパン	45	精白米	70	精白米	70
米粒麦(大麦)	7	水	78	米粒麦(大麦)	7	米粒麦(大麦)	7	米粒麦(大麦)	7			米粒麦(大麦)	7					米粒麦(大麦)	7	米粒麦(大麦)	7
		たまねぎ	20							鶏もも切込み	15			カットウインナー	10	焼きそばめん	60				
安納芋カット	20	にんじん	10	小松菜	10	しめじバラ	8	豚ももスライス	15	にんじん	10	だいこん	40	たまねぎ	25	豚ももスライス	15	豚ももスライス	15	糸かまぼこ	8
だいこん	20	むき枝豆	10	だいこん	15	木綿豆腐	20	米ぬか油	0.3	緑豆もやし	20	里芋カット	20	にんじん	8	たまねぎ	15	だいこん	20	ホールコーン	5
木綿豆腐	20	ホールコーン	8	●白玉だんご	25	白かまぼこ	8	赤ワイン	1.5	白菜	25	うずら卵	20	キャベツ	20	にんじん	15	さがきごぼう	10	たまねぎ	20
冷凍油揚げ	4	カットウインナー	15	白かまぼこ	8	カットわかめ	0.15	おろししょうが	0.6	カットねぎ	5	●豆ちくわ	15	ホールコーン	10	キャベツ	40	里芋カット	15	白菜	25
カットわかめ	0.2	米ぬか油	0.6	和風だしの素	0.8	麩	0.8	おろしにんにく	0.4	フレーク節(だし用)	2.5	角こんにやく	1.5	チキンコンソメ	1.5	米ぬか油	0.5	木綿豆腐	15	干し椎茸	0.3
カットねぎ	5	チキンコンソメ	1	薄口しょうゆ	1	カットねぎ	3	たまねぎ	45	ガラスープ	45	●玉はんぺん	20	薄口しょうゆ	0.5	ウスターソース	10	五目切りこんにやく	8	カットねぎ	5
煮干し(だし用)	2.5	白ワイン	2	天塩	0.12	フレーク節(だし用)	2.5	じゃがいも(皮むき)	35	中華風だしの素	1.2	角切昆布	1	天塩	0.18	オイスターソース	1	カットねぎ	5	中華風だしの素	1
赤みそ	3	薄口しょうゆ	0.8	フレーク節(だし用)	2.5	薄口しょうゆ	3	にんじん	15	濃口しょうゆ	5	フレーク節(だし用)	2	乾燥バセリ	0.05	天塩	0.25	煮干し(だし用)	2.5	ガラスープ	10
白みそ	4	天塩	0.4			天塩	0.15	小麦粉	5.5	本みりん	0.5	清酒	2			中華風だしの素	1	白みそ	4	薄口しょうゆ	2
		白こしょう	0.02	●ブリ	50			米ぬか油	4.5	天塩	0.5	本みりん	1	鶏もも	50	さがきみしょうが	0.5	赤みそ	3	天塩	0.2
ハンバーグ	60			清酒 下味	1.5	鶏もも	50	カレー粉	0.5	白こしょう	0.01	赤みそ	5	赤ワイン 下味	1.5		0.15				
濃口しょうゆ	2	鶏もも	50	濃口しょうゆ	2.5	清酒 下味	1.5	ロリエ	0.01			濃口しょうゆ	0.8	おろしにんにく	0.2			●ホキ	50	ギョウザ	34
三温糖 タレ	1.5	天塩 下味	0.1	三温糖 タレ	1.7	でんぶん	4	クミン	0.03	豚もも角切り	50	三温糖	2.8	でんぶん	1	鶏もも	50	清酒 下味	1.5	揚げ油(大豆油)	4
おろししょうが	0.1	白こしょう	0.02	本みりん	1	揚げ油(大豆油)	3	セロリ	0.01	清酒 下味	1	和風だしの素	0.5	トマトケチャップ	4	赤ワイン 下味	1.5	でんぶん	8		
大根おろし	7	●ヨーグルト(調理用)	6	清酒	1	濃口しょうゆ	1	ガラマサラ	0.01	でんぶん	8			ウスターソース	2	おろしにんにく	0.2	揚げ油(大豆油)	2		
でんぶん	0.3	カレー粉	0.4	でんぶん	0.3	本みりん	1.5	洋風だしの素	1.3	揚げ油(大豆油)	4.5	●サワラ	50	ダイストマト	3	でんぶん	1	トマトケチャップ	3.5		
水	4	トマトケチャップ	2.5	水	4	三温糖 タレ	2	トマトケチャップ	4.5	濃口しょうゆ	2.5	清酒 下味	1.5	三温糖	0.6	トマトケチャップ	4	三温糖 タレ	2		
		ウスターソース	1.3			米酢	5	ウスターソース	4.5	三温糖	2.2	濃口しょうゆ	2.3	でんぶん	0.2	ウスターソース	2	濃口しょうゆ	2		
		濃口しょうゆ	0.5			水	4	濃口しょうゆ	4	米酢 タレ	1.5	三温糖	2	水	2	ダイストマト	3	米酢	0.8		
				ブリに下味をつけて焼く。 タレを煮てかける。				おろしりんご	3	コチジャン	0.6	本みりん	1			三温糖 タレ	0.6	水	6	米ぬか油	0.5
								チャツネ	3	清酒	0.5	清酒	1	じゃがいも(皮むき)	30	でんぶん	0.2			おろしにんにく	0.3
								天塩	0.3	おろしにんにく	0.1	でんぶん	0.3	きゅうり	15	水	2			おろししょうが	0.6
								煎り大豆	12	水	2.5	水	4.5	にんじん	10					濃口しょうゆ	3.2
												白ごま	1			じゃがいも(皮むき)	30			三温糖	1.8
								三温糖 A	5.3					マヨネーズ	15					清酒	1
								ピュアココア	1											中華風だしの素	0.8
								米ぬか油	0.2											米酢	1
								水	1.1											白ごま	1
																				ごま油	0.7
																				●杏仁豆腐	40
小603 kcal・中784 kcal		682・804		613・779		639・801		648・769		632・806		606・755		798		618・794		633・818			

※1人当たりの使用量(g)は、小学校3・4年生の量です。中学校は1.3倍量です。

22(木)		23(金)		26(月)		27(火)		28(水)		29(木)		30(金)					
				県産食材を味わう日		郷土料理を味わう日		がんばれか！にっこ！献立		県産食材を味わう日		広陵中リクエスト献立					
牛乳 ほうじ茶めし サケの揚げがらめ 小松菜のおかかあえ 卓上しょうゆ お芋の大福		牛乳 麦ごはん 鶏だんごのすまし汁 厚揚げの肉みそがけ かおりたくあんあえ 果汁グミ(青りんご味)		牛乳 黒コッペパン ポークビーンズ ワカサギのにんじんソース 切干大根のサラダ 和風ドレッシング		牛乳 麦ごはん 大根汁 けいちゃん 鶏ちゃんのスリ りんご		牛乳 麦ごはん 可児のみそ汁 可児の里芋コロッケ 大根と豚肉のはちみつ煮 可児っこ大豆(はちみつ味)		牛乳 うどん 肉うどんの汁 サバのねぎだれ焼き ブロックリーのごまあえ 卓上しょうゆ		牛乳 麦ごはん けんちん汁 ちくわのお茶天ぷら 友禅ご飯の具 りんごゼリー					
牛乳(飲用)	206	牛乳(飲用)	206	牛乳(飲用)	206	牛乳(飲用)	206	牛乳(飲用)	206	牛乳(飲用)	206	牛乳(飲用)	206				
アルファ化米	55	精白米	70	黒コッペパン	55	精白米	70	精白米	70	うどん	80	精白米	70				
ほうじ茶(浸出液)	87	米粒麦(大麦)	7			米粒麦(大麦)	7	米粒麦(大麦)	7			米粒麦(大麦)	7				
●ほうじ茶	3			豚もも角切り	20			豚ももスライス	20	たまねぎ	20	たまねぎ	35	だいこん	25		
豚ももスライス	20	ほうれん草入り舞団子	20	たまねぎ	40	だいこん	30	たまねぎ	20	たまねぎ	20	まいたけ水煮	10	ごぼう輪切り	8		
にんじん	10	だいこん	15	にんじん	15	カットえのき	8	白菜	20	まいたけ水煮	20	さがきごぼう	8	里芋カット	15		
さがきごぼう	20	たまねぎ	20	じゃがいも(皮むき)	15	冷凍油揚げ	5	木綿豆腐	20	さがきごぼう	20	干し椎茸	0.3	干し椎茸	0.3		
干し椎茸	0.8	カットねぎ	5	大豆水煮	25	木綿豆腐	15	冷凍油揚げ	15	フレーク節(だし用)	3	薄口しょうゆ	2.5	薄口しょうゆ	3	木綿豆腐	15
冷凍油揚げ	4	フレーク節(だし用)	2.5			カットわかめ	0.2	薄口しょうゆ	0.2	薄口しょうゆ	5	濃口しょうゆ	3	本みりん	5		
五目切りこんにやく	10	濃口しょうゆ	1.5			フレーク節(だし用)	2.5	カットねぎ	5	煮干し(だし用)	2.5	本みりん	1	カットねぎ	5		
米ぬか油	0.5	薄口しょうゆ	3			薄口しょうゆ	3.5	可児の手作りみそ	0.15	天塩	8	天塩	0.3	フレーク節(だし用)	2.5		
薄口しょうゆ	4.5	清酒	2			天塩	0.15			可児の手作りみそ	0.15	和風だしの素	1.3	薄口しょうゆ	4		
清酒	2	本みりん	1											本みりん	1		
三温糖	0.8	天塩	0.15			鶏もも角切り	50	●可児の里芋コロッケ	50	揚げ油(大豆油)	5	●サバ	50	天塩	0.15		
和風だしの素	0.7					清酒 下味	1.5	揚げ油(大豆油)	5			おろししょうが	0.5				
天塩	0.2	生揚げ	50			おろししょうが	0.5					濃口しょうゆ	0.3	ちくわ1/2カット	20		
●サケ角切り	50	豚ひき肉	12			濃口しょうゆ	0.5					清酒 下味	2	小麦粉 A	7		
清酒 下味	2	赤みそ タレ	5.4			でんぶん	1					米酢	0.5	でんぶん	1		
おろししょうが	0.6	清酒	1									濃口しょうゆ	2.5	ベーキングパウダー	0.2		
でんぶん	8	本みりん	1									三温糖 タレ	1.5	粉茶	0.1		
揚げ油(大豆油)	4.5	でんぶん	0.4									本みりん	1	揚げ油(大豆油)	4		
濃口しょうゆ	2.5	水	10			●ワカサギ	40					清酒	1				
三温糖 タレ	2					清酒 下味	1.5					カットねぎ	3				
本みりん	1.3					おろしにんにく	0.3					でんぶん	0.3				
清酒	1					でんぶん	4					水	3				
水	3					米粉 A	4										
						揚げ油(大豆油)	5										
						●春待ちにんじんペースト	3										
						薄口しょうゆ	2.3										
						三温糖 タレ	2.3										
						レモン果汁	2										
						清酒	0.8										
						水	2										
						切り干し大根(県産)	3										
						緑豆もやし	25										
						きゅうり	12										
						和風ドレッシング	5										
633・767		628・807		686・868		609・779		663・841		675・812		652・849					

※学校給食で使われている岐阜県産農産物には、「学校給食地産地消推進事業」により、岐阜県、可児市、JA中央会から一部補助を受けています。