



令和7年度1月宇美町中学校給食献立表



月	火	水	木	金
				9
		<p>始業式</p>	給食なし	<p>麦ご飯 紅白煮なます ぶりの照り焼き 千草焼き 博多雑煮 牛乳 <830kcal></p>
12	13	14	15	16
<p>成人の日</p>	<p>北海道の郷土料理☆石狩鍋</p> <p>麦ご飯 高野豆腐の煮物 鶏肉の漬け焼き ブロッコリーの炒め物 石狩鍋 牛乳 <793kcal></p>	<p>食パン マーシャルピーンズ 白身魚のマヨネーズ焼き カリフラワーと枝豆のソテー スパゲッティソテー コンソメスープ 牛乳 <766kcal></p>	<p>高菜炒飯 中華麺 チンゲン菜の炒め物 ひじき焼売 ちゃんぽん 牛乳 <805kcal></p>	<p>麦ご飯 肉じゃが ひじきの炒め煮 味噌けんちん汁 カスタードプリン 牛乳 <872kcal></p>
19	20	21	22	23
<p>麦ご飯 豚丼 大豆とツナのサラダ オレンジ 牛乳 <816kcal></p>	<p>麦ご飯 ホキ天玉揚げ 南瓜の煮物 ピーマンの胡麻油炒め さつま汁 牛乳 <813kcal></p>	<p>麦ご飯 すき焼き れんこんのムニエル きのこ汁 牛乳 <796kcal></p>	<p>麦ご飯 チキンカレー マカロニサラダ フルーツ和え 牛乳 <861kcal></p>	<p>麦ご飯 玉子焼き 鮭の塩焼き 金平ごぼう すいとん 牛乳 <780kcal></p>
26	27	28	29	30
<p>季節の献立☆味噌おでん</p> <p>麦ご飯 いわしのみぞれ煮 キャベツ入りつくね 白菜の炒め煮 おでん 牛乳 <832kcal></p>	<p>世界の料理☆ボルシチ(ロシア)</p> <p>ライ麦パン いちごジャム ほうれん草オムレツ ひよこ豆とコーンのソテー ボルシチ 牛乳 <779kcal></p>	<p>麦ご飯 回鍋肉 春巻き 春雨スープ 牛乳 <876kcal></p>	<p>麦ご飯 野菜炒め 鯖の塩麹焼き ひじきの手作りふりかけ 沢煮椀 みかんゼリー 牛乳 <809kcal></p>	<p>麦ご飯 ハヤシライス ハニーサラダ フルーツヨーグルト 牛乳 <820kcal></p>