



令和7年度1月献立表



玉村町学校給食センター

日	曜日	献立名	主な材料と食品分類						その他の材料	<アレルギー特定原材料> 表示義務(8品目) 推奨表示(20品目)	栄養価 エネルギー (kcal)		
			ち・にく・ほねになるもの(あか)		からだのちようしをとどのえるもの(みどり)		ちからやねつのもとになるもの(きいろ)						
			1群 たんぱく質	2群 無機質	3群 カロテン	4群 ビタミンC	5群 炭水化物	6群 しぼう					
8	木	ラーメン						ちゅうかめん		小麦	小	687	
		牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	799	
		ココア揚げパン		スキムミルク				ココア	ココア	乳 小麦 大豆	幼	570	
		わかめサラダ		わかめ	ブロッコリー	だいこん もやし コーン	さとう	ごま ごま油	しょうゆ 酢	ごま 大豆 小麦			
		五目しょうゆラーメンスープ	ぶたにく かつおふんまつ うずらたまご	こんぶふんまつ にぼしこ	にんじん ごまつな	はくさい たまねぎ ほししいたけ しょうが にんにく	かたくりこ	なたね油 ごま油	鶏豚湯 しょうゆ 酒 塩 こしょう	豚 卵 小麦 大豆 鶏 えび かに ごま			
9	金	ごはん	行事食「鏡開き」 豆腐入り雑煮					ごはん			小	680	
		牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	796	
		さんまの土佐煮	さんま かつおぶし					さとう	しょうゆ みりん 塩	小麦 大豆	幼	560	
		きんぴら	さつまあげ こうやどうふ		にんじん	ごぼう こんにゃく	さとう	ごま なたね油	みりん しょうゆ	大豆 小麦 ごま			
		豆腐入り雑煮	とりにく どうふ	にぼしこ	にんじん ほうれんそう	だいこん はくさい ねぎ	もち さといも		かつお厚削り節 だし昆布 しょうゆ みりん 酒	小麦 大豆 鶏 えび かに			
13	火	ココアパン						ココアパン		乳 小麦 大豆	小	670	
		牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	847	
		スパニッシュオムレツ	たまご ウインナー	チーズ				さとう じゃがいも	マヨネーズタイプ 塩 こしょう	卵 乳 豚 大豆	幼	478	
		イタリアンサラダ			パプリカ ブロッコリー	コーン きゃべつ	さとう	なたね油	酢 塩 こしょう しょうゆ	小麦 大豆			
		冬のミネストローネスープ	とりにく だいず		にんじん トマト パセリ	はくさい れんこん たまねぎ だいこん にんにく	マカロニ	なたね油	トマトピューレ ケチャップ コンソメ こしょう	鶏 大豆 小麦			
14	水	ごはん						ごはん			小	613	
		牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	731	
		とりそぼろ	とりにく だいず				しょうが	さとう	なたね油	酒 みりん しょうゆ	鶏 大豆 小麦	幼	445
		大根サラダ			にんじん しゅんぎく	だいこん	さとう	ごま油	しょうゆ 酢	小麦 大豆 ごま			
		ふわふわたまごスープ	どうふ たまご		ほうれんそう	たまねぎ はくさい	かたくりこ	ごま油	しょうゆ 塩 鶏がらだし	大豆 卵 ごま 小麦 鶏			
15	木	うどん						うどん		小麦	小	681	
		牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	841	
		野菜揚げ玉	ちくわ		かぼちゃ	えだまめ	てんぷらこ こめこ さつまいも	なたね油		小麦 大豆	幼	544	
		うどん汁	ぶたにく あぶらあげ	にぼしこ	にんじん	ほししいたけ ごぼう ねぎ	はくさい だいこん	なたね油	酒 みりん さば厚削り節 しょうゆ	豚 大豆 えび かに さば 小麦			
		ヨーグルト		ヨーグルト						乳 ゼラチン			
16	金	ごはん						ごはん			小	694	
		牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	841	
		ハンバーグおろしソース	ぶたにく とりにく だいず				たまねぎ だいこん	さとう かたくりこ	みりん しょうゆ 塩	豚 鶏 小麦 大豆	幼	531	
		マカロニサラダ			ブロッコリー	きゃべつ コーン	マカロニ さとう	マヨネーズタイプ 塩 こしょう	小麦				
		豆乳みそスープ	とりにく どうにゅう みそ		にんじん チンゲンサイ	だいこん はくさい たまねぎ しめじ にんにく		ごま ごま油 なたね油	鶏がらだし 酒 こしょう トウバンジャン	鶏 大豆 ごま			
19	月	ごはん						ごはん			小	686	
		ごま塩						ごま	塩	ごま	中	774	
		牛乳		ぎゅうにゅう						乳	幼	561	
		鶏のからあげ	とりにく				にんにく しょうが	こむぎこ かたくりこ	なたね油	しょうゆ 酒	鶏 小麦 大豆		
		春菊のごまあえ	かつおふんまつ		しゅんぎく	もやし	さとう	ごま	しょうゆ	小麦 大豆 ごま			
		高野豆腐のみそ汁	こおりどうふ みそ	こんぶふんまつ	ほうれんそう	だいこん きゃべつ ねぎ			にぼし	大豆 えび かに			
20	火	背割りコッペパン						せわりコッペパン		乳 小麦 大豆	小	631	
		牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	787	
		スラッピージョー	ぶたにく だいず おから		にんじん	たまねぎ	さとう	なたね油	ワイン ケチャップ ソース トマトピューレ コンソメ こしょう	豚 大豆	幼	457	
		マッシュポテト		ぎゅうにゅう スキムミルク		コーン	じゃがいも さとう	バター	塩 こしょう	乳			
		白菜クリームスープ	とりにく どうにゅう		パセリ	はくさい たまねぎ しめじ	こめこ	なたね油	ホワイトルウ こしょう コンソメ 塩 ガーリックパウダー ワイン 塩こうじ	鶏 大豆 小麦 豚			
21	水	ごはん	日本味めぐり 「長崎県」					ごはん			小	676	
		牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	813	
		浦上そぼろ	ぶたにく さつまあげ		にんじん さやいんげん	こんにゃく もやし ごぼう ほししいたけ	さとう	なたね油	酒 しょうゆ	豚 小麦 大豆	幼	511	
		ヒカド	とりにく ぶり	こんぶふんまつ	にんじん	だいこん ほししいたけ ねぎ	さつまいも かたくりこ		かつお厚削り節 しょうゆ 塩 酒	鶏 小麦 大豆			
		かんざらし					さとう しらたま		しょうゆ 塩	小麦 大豆			
22	木	ツイストロールパン						ツイストロールパン		乳 小麦 大豆	小	632	
		牛乳		ぎゅうにゅう						乳	中	790	
		チキンサラダ	とりにく		ブロッコリー	きゃべつ	さとう	マヨネーズタイプ	レモン果汁 塩	鶏 大豆	幼	452	
		食肉学校ベーコンのポトフ	食肉学校ベーコン		にんじん パセリ	たまねぎ だいこん	じゃがいも		コンソメ 塩 こしょう	豚			
		ヨーグルトあえ		かんてん ヨーグルト		パインアップル				乳			



令和7年度1月献立表



玉村町学校給食センター

日	曜日	献立名	主な材料と食品分類						その他の材料	<アレルギー特定原材料> 表示義務(8品目) 推奨表示(20品目)	栄養価 エネルギー (kcal)				
			ち・にく・ほねになるもの(あか)		からだのちようしをとのえるもの(みどり)		ちからやねつのもとになるもの(きいろ)								
			1群 たんぱく質	2群 無機質	3群 カロテン	4群 ビタミンC	5群 炭水化物	6群 しぼう							
23	金	麦ごはん	玉中リクエスト「カレー」						むぎごはん		小 715				
		牛乳	ぎゅうにゅう							乳	中 857				
		海藻サラダ	かいそう						だいこん きゅうり コーン	さとう ごま ごま油	酢 しょうゆ	ごま 小麦 大豆	幼 519		
		ポークカレー	ぶたにく どうにゅう						にんじん トマト	たまねぎ にんにく しょうが	じゃがいも	なたね油	カレー粉 こしょう カレールウ 塩こうじ ケチャップ ソース	豚 大豆 小麦	
		いよかん							いよかん						
26	月	ごはん	1月24日~30日は 全国学校給食週間						ごはん		小 606				
		牛乳	ぎゅうにゅう							乳	中 725				
		鮭ふりかけ	さけ						てんかす さとう	ごま	酒 しょうゆ みりん	小麦 ごま 大豆 鮭	幼 441		
		たくあんと野菜のおかかあえ	かつおぶし						もやし きゃべつ たくあん だいこん	さとう	ごま	しょうゆ	ごま 小麦 大豆		
		豚汁	ぶたにく どうふ みそ						にぼしこ にんじん	だいこん ねぎ ごぼう こんにゃく	じゃがいも	なたね油	かつお厚削り節	豚 大豆 えび かに	
27	火	ラーメン							ちゅうかめん		小 653				
		牛乳	ぎゅうにゅう							乳	中 782				
		上州しゅうまい	ぶたにく						たまねぎ しょうが	かたくりこ さとう こむぎこ	ごま油	しょうゆ 塩 オイスターソース こしょう	豚 大豆 小麦 ごま	幼 477	
		チャーシューともやしのにんにく炒め	チャーシュー						にんにく もやし		ごま油	酒 しょうゆ 鶏がらだし	豚 小麦 大豆 鶏 ごま		
		しょうゆラーメンスープ	ぶたにく なると かつおぶし						こんぶふんまつ ほうれんそう	たまねぎ きゃべつ ねぎ にんにく しょうが	かたくりこ	なたね油	鶏がらだし にぼし しょうゆ 酒 塩 こしょう	豚 鶏 小麦 大豆 エビ カニ	
28	水	ごはん	おはなし給食 「おでんざむらい」						ごはん		小 590				
		ふりかけ								ふりかけ	ごま	中 716			
		ジョア(いちご)	ジョア(いちご)								乳	幼 416			
		鶏レバーごまがらめ	とりレバー						かたくりこ さとう こくとう	なたね油 ごま	しょうゆ 酒 みりん	鶏 小麦 大豆 ごま			
		春菊のおかかあえ	かつおぶし						しゅんぎく にんじん	もやし	さとう	めんつゆ	小麦 大豆		
		おでん	うずらたまご だいず ちくわ とり						こんにゃく だいこん たまねぎ	ちくわぶ さとう パンこ	なたね油	みりん しょうゆ 酒 塩 かつお厚削り節	卵 鶏 小麦 大豆		
29	木	コッペパン	昭和50年代の給食						コッペパン		乳 小麦 大豆	小 667			
		牛乳	ぎゅうにゅう							乳	中 822				
		茹で卵	たまご							塩	卵	幼 517			
		フレンチサラダ	にんじん						きゃべつ きゅうり	さとう	マヨネーズタイプ なたね油	酢 レモン果汁 塩 こしょう			
		カレーシチュー	ぶたにく スキムミルク						にんじん グリーンピース	たまねぎ	じゃがいも こめこ	なたね油	りんご 小麦 大豆 バナナ 乳 豚		
		いちごジャム								いちごジャム					
30	金	スパゲッティ	元気いっぱい栄養満点レシピ 「おからサラダ」						スパゲッティ	なたね油		小麦	小 676		
		牛乳	ぎゅうにゅう								乳	中 830			
		ミルクコーヒー							ミルクコーヒー				幼 520		
		ボロネーゼソース	ぶたにく だいず						にんじん ビーマン トマト	たまねぎ エリンギ にんにく しょうが	こめこ さとう	なたね油	ワイン ケチャップ トマトピューレ ソース デミグラスソース コンソメ 塩 黒こしょう	豚 大豆 小麦 鶏	
		おからサラダ	おから まぐろ						にんじん	きゅうり コーン えだまめ たまねぎ	さとう	マヨネーズタイプ なたね油	塩 こしょう 酢	大豆	

*都合により、献立及び食材料の変更をすることがあります。ご了承下さい。
*給食の献立には、地場産(佐波伊勢崎産・群馬県産)の食材を取り入れてい
ます。

【栄養価(月平均)】			
*小学校	エネルギー	660kcal	たんぱく質 25.1g
*中学校	エネルギー	797kcal	たんぱく質 29.8g
*幼稚園	エネルギー	500kcal	たんぱく質 19.9g



1月の地場産の食材
(★は玉村産)



【アレルギー表示について】

- ※ 食物アレルギー等で対応が必要な場合は、毎日献立表を確認してください。
- ※ 献立表のアレルギー表示については、特定原材料の28品目を表示しています。
特定原材料表示義務8品目(卵、乳、小麦、えび、かに、落花生、そば、くるみ)
特定原材料推奨表示20品目(あわび、いか、いくら、オレンジ、キウイフルーツ、牛肉、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、マカダミアナッツ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、カシューナッツ、ごま、アーモンド)(同一工場内、または同一ラインでアレルゲンを含む商品を作っている場合についての表示はしていません。)
- ※ 給食用の麺類・すいとんは工場内でそばの製造をしています。(製造ラインは別)
- ※ 小魚・海藻類は、エビ・カニなどの魚介類が混ざっている可能性があります。
- ※ そば・ピーナッツ・種実(ごまを除く)・木の実類・キウイフルーツは、アレルギーの新規発症の原因になりやすい食べ物のため、原則として使用を控えています。
- ※ 食物アレルギー等で材料の使用量等詳しい内容を確認したい方は、玉村町学校給食センターまでご連絡ください。(TEL:65-6706)

< 「食物アレルギー対応マニュアル」群馬県教育委員会 (令和5年度より) >

全国学校給食週間

1/24(金)~30(木)

明治22年からはじまった給食は、戦争で一時中止となりました。戦後、昭和21年12月24日に、東京都などで児童約25万人を対象に試験的に給食が実施され、アメリカなどから援助された物資の贈呈も行われました。12月24日は冬休みなので、昭和25年より、1月24日から一週間で「全国学校給食週間」として全国で開催されるようになりました。



※托鉢とは、お経を唱えて町を歩き、寄付をしてもらうことです。