

令和7年度

1月

給食献立表(中学校)

紀の川市立

粉河学校給食センター

<3つの食品グループと多くふくまれる栄養素>

しょくひん 食品 グループ	○・おもにエネルギーの もとになる食品	△・おもに体をつくる もとになる食品	□・おもに体の調子を整える もとになる食品
えいようそ 栄養素	たんすいかゆつ 炭水化物	しつ 脂質	たんぱく質 むきしつ 無機質 (カルシウム)

1月紀の川市産の野菜は…大根、白菜、ほうれん草、人参、キャベツ
小松菜、ねぎ、ブロッコリー など
米…きぬむすめ(紀の川市産)
フルーツ給食
(市内産のフルーツ)…1/9(金)いちご、はっさく(缶)



☆材料購入の都合により
献立を変更することが
あります。

月

12

火

13

水

14

成人の日



19

20

21

△牛乳

657kcal

△牛乳

703kcal

△牛乳

661kcal

○ごはん

筑前煮(大根)

○ごはん

チキンカツ

△牛乳

708kcal

△鶏もも 24

□人参 12

△ごはん

ハンバーグ(豚肉)

○ごはん

ハンバーグ(豚肉)

△ごはん 12

△ごはん 24

△チキンカツ 1個

○揚げ油 5

○ごはん

ハンバーグ(豚肉)

△焼き竹輪 12

△ごはん 12

△大根 36.4

○きゅうり 18.1

○ごはん

ハンバーグ(豚肉)

△れんこん 12

△ごはん 12

△大根 36.4

○きゅうり 18.1

○ごはん

ハンバーグ(豚肉)

△いんげん 6

△ごはん 6

△チキンカツ 1個

○揚げ油 5

○ごはん

ハンバーグ(豚肉)

△しいたけ 6

△ごはん 6

△大根 36.4

○きゅうり 18.1

○ごはん

ハンバーグ(豚肉)

△大根 24

○油 0.36

△大根 24

○きゅうり 18.1

○ごはん

ハンバーグ(豚肉)

○油 0.36

△ごはん 12

△チキンカツ 1個

○揚げ油 5

○ごはん

ハンバーグ(豚肉)

△ごはん 24

△ごはん 24

△大根 36.4

○きゅうり 18.1

○ごはん

ハンバーグ(豚肉)

○油 0.36

△ごはん 12

△大根 36.4

○きゅうり 18.1

○ごはん

ハンバーグ(豚肉)

△マカロニ 8.8

△ごはん 12

△チキンカツ 1個

○揚げ油 5

○ごはん

ハンバーグ(豚肉)

△キヤベツ 16.5

△ごはん 12

△大根 36.4

○きゅうり 18.1

○ごはん

ハンバーグ(豚肉)

△人参 6.6

△ごはん 12

△大根 36.4

○きゅうり 18.1

○ごはん

ハンバーグ(豚肉)

△上白糖 0.77

△ごはん 12

△大根 36.4

○きゅうり 18.1

○ごはん

ハンバーグ(豚肉)

△ごはん 24

△ごはん 24

△大根 36.4

○きゅうり 18.1

○ごはん

ハンバーグ(豚肉)

△マヨネーズ 24

△ごはん 12

△大根 36.4

○きゅうり 18.1

○ごはん

ハンバーグ(豚肉)

△ふりかけ(味かつお)

△ごはん 12

△大根 36.4

○きゅうり 18.1

○ごはん

ハンバーグ(豚肉)

△粉河小学校6Bが
考へてくれた献立

△ごはん 12

△大根 36.4

○きゅうり 18.1

○ごはん

ハンバーグ(豚肉)

△粉河小学校6Aが
考へてくれた献立

△ごはん 12

△大根 36.4

○きゅうり 18.1

○ごはん

ハンバーグ(豚肉)

△粉河小学校6Bが
考へてくれた献立

△ごはん 12

△大根 36.4

○きゅうり 18.1

○ごはん

ハンバーグ(豚肉)

△粉河小学校6Aが
考へてくれた献立

△ごはん 12

△大根 36.4

○きゅうり 18.1

○ごはん

ハンバーグ(豚肉)

△粉河小学校6Bが
考へてくれた献立

△ごはん 12

△大根 36.4

○きゅうり 18.1

○ごはん

ハンバーグ(豚肉)

△粉河小学校6Aが
考へてくれた献立

△ごはん 12

△大根 36.4

○きゅうり 18.1

○ごはん

ハンバーグ(豚肉)

△粉河小学校6Bが
考へてくれた献立

△ごはん 12

△大根 36.4

○きゅうり 18.1

○ごはん

ハンバーグ(豚肉)

△粉河小学校6Aが
考へてくれた献立

△ごはん 12

△大根 36.4

○きゅうり 18.1

○ごはん

ハンバーグ(豚肉)

△粉河小学校6Bが
考へてくれた献立

△ごはん 12

△大根 36.4

○きゅうり 18.1

○ごはん

ハンバーグ(豚肉)

△粉河小学校6Aが
考へてくれた献立

△ごはん 12

△大根 36.4

○きゅうり 18.1

○ごはん

ハンバーグ(豚肉)

△粉河小学校6Bが
考へてくれた献立

△ごはん 12

△大根 36.4

○きゅうり 18.1

○ごはん

ハンバーグ(豚肉)

△粉河小学校6Aが
考へてくれた献立

△ごはん 12

△大根 36.4

○きゅうり 18.1

○ごはん

ハンバーグ(豚肉)

△粉河小学校6Bが
考へてくれた献立

△ごはん 12

△大根 36.4

○きゅうり 18.1

○ごはん

ハンバーグ(豚肉)

△粉河小学校6Aが
考へてくれた献立

△ごはん 12

△大根 36.4

○きゅうり 18.1

○ごはん

ハンバーグ(豚肉)

△粉河小学校6Bが
考へてくれた献立

△ごはん 12

△大根 36.4

○きゅうり 18.1

○ごはん

ハンバーグ(豚肉)

△粉河小学校6Aが
考へてくれた献立

△ごはん 12

△大根 36.4

○きゅうり 18.1

○ごはん

ハンバーグ(豚肉)

△粉河小学校6Bが
考へてくれた献立

△ごはん 12

△大根 36.4

○きゅうり 18.1

○ごはん