



1月分予定献立表

登別市学校給食センター(令和8年)

月		火		水		木		金					
献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名				
12 成人の日	せいじん ひ	13 (袋入り) ラーメン	ふくろ い らーめん	小 中 551Kcal 626Kcal	14 ごはん	ごはん	小 中 640Kcal 751Kcal	15 コッペパン	コッペパン	小 中 604Kcal 711Kcal	16 ごはん	ごはん	小 中 598Kcal 689Kcal
<はしマークについて> はしマークの日は、はしを使った ほうがよいおかずがある時につけて います。はしをもってきてください。		しお 塩ラーメン ねぎたま焼き		とうふ 豆腐の中華煮 ビーフン		ポトフ デミ ハンバーグ いちごジャム		正月献立 たらザンギ					
※年間・月間使用食材等一覧表は、給食センターのホームページをご覧ください。 ■ 年間使用食品一覧表 ○ 月間調味料一覧表 ▽の加工品は別紙分析表 こちらから見ることができます→				鶏卵 かつおだし(小麦) ねぎ 還元水あめ でん粉(ぱれいしょ・とうもろこし) 砂糖 食酢(りんご) 食塩 酵母エキス 植物油(菜種・とうもろこし・大豆)		ピーフン キャベツ たまねぎ 植物油脂(ごま・大豆) にんじん 豚肉 きくらげ ピーマン オイスター・ソース 食塩 ショウゆ(大豆) チキンエキス(鶏肉) 砂糖 フライドオニオン		豚肉 玉葱 米粉 豚脂(豚肉) ドロマイド でん粉(馬鈴薯・タピオカ) 砂糖 食塩 パーム油 トマトパウダー 酵母エキス 粉末米酢 香辛料 カラメル色素		すけどうだら から揚げ粉(大豆) じゃがいもでん粉 とうもろこしでん粉 塩 植物性たん白(大豆) 香辛料 濃口醤油(小麦・大豆) たまり醤油(大豆) 発酵調味料(米) しょうが 還元水あめ にんにく みそ(大豆) 豆造酢 糖類(砂糖・黒糖) ごま油(ごま) 揚げ油			
19 ごはん	ごはん	小 中 657Kcal 755Kcal	20 (袋入り) うどん	小 中 674Kcal 742Kcal	21 ごはん	ごはん	小 中 769Kcal 907Kcal	22	小 中 697Kcal 827Kcal	23 ごはん	ごはん	小 中 625Kcal 726Kcal	
和食の日 豚汁 いわしの かば焼き ひじきの大豆煮		関西風うどん 発芽玄米入り 平つくね ポンデドーナツ チョコがけ (代替) お米で ガトーショコラ		ポークカレー ポテトサラダ		黒砂糖パン シチュー 照り焼きチキン		のぼりべつ 豚丼 (登別市) 豆腐とわかめ のみそ汁 アセロラゼリー					
ぶたじる 豚肉 冷凍豆腐■ つきこんにやく■ ダイスじゃがいも■ 玉ねぎ 長ねぎ 人参 ごぼう しょうが■ 削り節■ 混合削り節■ だし昆布 味噌■ いわし 発酵調味料 砂糖 醤油(小麦・大豆) 醤油ベースト(小麦・大豆) オイスター・エキス 加工デンブン(大豆)		かんさいふう 関西風うどん うずら卵 よくかみましょ。		豚肉 うずら卵■ 刻み揚げ■ 人参 長ねぎ ほうれん草 みりん■ 清酒■ 関西風うどんだし■ ちゃんぽんかまぼこ▽(魚肉)		鶏肉 パン粉(小麦) 粉末状大豆たん白(大豆) でん粉 玉ねぎ 脂肪(豚肉) 発芽玄米 砂糖 食塩 酵母エキス 香辛料 果糖ぶどう糖液糖 こいくちしょうゆ(小麦・大豆) 酵母エキス 発酵調味料 カツオブシエキス(小麦・大豆) しょうゆ調味料(小麦・大豆)		小麦粉 食塩 イースト 脱脂粉乳 ショートニング 無塩マーガリン 鶏卵 黒砂糖		豚肉 長ねぎ 玉ねぎ オニオンスライス しらたき▽ しょうが■ 清酒 かつおエキス■ 濃口醤油■ みりん■ 砂糖■			
遠元水餃 人参 大豆 だししげき 醤油(小麦・大豆) 油揚げ(大豆) 菜種油 本みりん かつお節エキス 昆布エキス 鰹節粉末 椿芽エキス 調味料(アミノ酸等)		て や 照り焼きチキン		鶏肉 発酵調味料 醤油(小麦・大豆) 上白糖 カラメル		東糖ぶどう糖液糖 アセロラ果汁							



1月分予定献立表

登別市学校給食センター(令和8年)

月		火		水		木		金	
献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名
26 ごはん	小 中 624Kcal 707Kcal	27 (袋入り) ラーメン	小 中 682Kcal 742Kcal	28 ごはん	小 中 615Kcal 708Kcal	29	小 中 661Kcal 792Kcal	30 ごはん	小 中 662Kcal 755Kcal
アイヌ料理 カムオハウ (アイヌ料理) 令和7年度アイヌ政策推進交付金を活用しています。	鶏肉 ダイスじやがいも■ 大根 人参 ごぼう 絹厚揚げ(大豆)△ 刻み昆布 しょうが■ だし昆布 清酒■ みりん■ 天日塩■ かつおエキス■	カレー ラーメン (室蘭市) うずら卵 よくかみましゅう。	焼豚(豚肉・小麦・大豆)△ ほうれん草■ 人参 長ねぎ もやし にんにく■ うずら卵■ 伽哩ラーメンスープ○ バーモンドカレーフレーク■ 清湯スープ■	石狩汁 (石狩地方)	鮭 冷凍豆腐■ つきこんにやく△ しょうが■ 大根 人参 長ねぎ ダイスじやがいも■ 削り節■ 混合削り節■ だし昆布 味噌■	揚げパン (昔懐かし)	小麦粉 食塩 イースト 脱脂粉乳 砂糖 ショートニング 鶏卵 バター 揚げ油 ドーナツシュガー	にくどうふ 肉豆腐	豚肉 焼き竹輪■ 焼き豆腐(大豆)△ じらき△ 玉ねぎ もやし 長ねぎ 焼き麸■ かつおエキス■ 清酒■ 上白糖■ 濃口醤油■
さばの味噌煮	さば 味噌(大豆) 砂糖 発酵調味料 でん粉	小籠包 【2個】	豚肉 鶏肉 キャベツ 玉ねぎ 脂豚(豚肉) 難消化性デキストリン たけのこ水煮 はるさめ 醤油(小麦・大豆) かきエキス調味料 砂糖 ろんしおが 発酵調味料 植物油脂(ごま) 食塩 香辛料 小麦粉 小麦グルテン(小麦) でん粉	肉だんご 【2個】	鶏肉 玉ねぎ 豚脂 粒状植物性たん白(大豆) パン粉(小麦) 粉末状植物性たん白(大豆) ぶどう糖 食塩 香辛料 揚げ油(大豆) 加工デンプン ドロマイト キシロース 調味料(アミノ酸) 還元水あめ しょうゆ(小麦・大豆) 砂糖 穀物酢 トマトケチャップ	オニオンスープ	ベーコン(大豆・豚肉)△ 玉ねぎ ソテードオニオン■ オニオンスライス 人参 さやいんげん■ にんにく■ スープスティック■ チキンコンソメ■ こしょう白■ パセリ■	たまコロ (北見市)	玉葱 かつお油漬(大豆) パン粉(小麦) 人参 マヨネーズ(大豆・卵・小麦) マーガリン(乳) 清酒 豚コラーゲン(豚) 食塩 調味料(アミノ酸等) 香辛料 生パン粉(小麦) バッターミックス(大豆・小麦) スイートフラワ(小麦・大豆・ 乳) 食用加工油脂(大豆) 砂糖 揚げ油
さけふりかけ	さけ ごま 砂糖 ドロマイト 食塩 大豆油 こんぶだし さけエキス ぶどう酢 酵母エキス 酵母 紅麹色素					アンサンブル エッグ	鶏卵 フライドポテト たまねぎ プロセスチーズ(乳) ベーコン(卵・乳・豚肉) 牛乳 砂糖 でん粉 植物油 食酢(米) 食塩 酵母エキス		



日本の学校給食は、明治22年、山形県鶴岡町(現:鶴岡市)の私立忠愛小学校で提供されたのが始まりとされています。その後、各地に広まつものの、戦争による食料不足で中断されてしまいました。

戦後、子どもたちの栄養不足を改善するため、昭和21年にアメリカの支援団体「LARA(アジア救済公認団体)」から、給食用物資の寄贈を受けて、翌年1月から学校給食が再開されることになりました。昭和21年12月24日に、東京都内の小学校で給食用物資の贈呈式が行われたことから、この日を「学校給食感謝の日」としましたが、昭和25年度からは、冬季休業と重ならない1月24日~30日までの1週間を「全国学校給食週間」とすることが定められました。

登別市学校給食センターでは、学校給食週間ににおける取組として、1月23日(金)から30日(金)までの期間に郷土料理やご当地グルメ、給食の歴史を振り返る昔の学校給食の献立などを提供します。

全国学校給食週間を通して、学校給食の意義や役割などを皆さんに知つても、学校給食についてあらためて考える機会にしてほしいと思います。



くお知らせ
※牛乳は毎日つきます。乳アレルギーの場合…牛乳の代わりに緑茶がつきます。

※デザートの一部は、代替品を用意します。

※材料名横の()内にアレルギー物質を表記していますが、原材料名と同じ名称の場合は省略しています。

※めん類の同一製造ラインにおいて、卵・そば・大豆・ごまを含んだ食品を扱っています。

※骨なし魚は使用していません。(魚には骨があります。)

※都合により、献立が一部変更になることがありますので、ご了承ください。



＜1月の平均栄養価＞

	エネルギー (Kcal)	蛋白質 (g)	脂質 (g)	塩分 (g)
小学校	647	27.3	20.5	2.7
中学校	746	30.9	22.2	3