

令和8年 1月 わくわくランチ
学校給食週間特別献立

1月26日(月) ~ 30日(金)

【今月の倉吉産の食べもの】



くらよししがっこきゅうしゃくじゅく
倉吉市学校給食展
のおしらせ

日時 ○令和8年1月17日(土)~1月27日(火)
(月曜日は休館日です)

場所 ○倉吉交流プラザ エントランス(図書館前)
○「チャレンジ!あなたも栄養士!」受賞献立作品や資料の展示

おまちしています

倉吉市教育委員会 学校給食センター

※太字の食べものは倉吉産です。(入荷状況により産地が変わることがあります。)

日 曜 日	献 立 名				副 菜	デザート その他	食べもののはたらき			エアロギー	たんぱく質	カルシウム			
	主 食	牛乳	主 菜				おもに体をつくるものになる	おもに体の動きを整えるものになる	おもにエネルギーのものになる						
26 月	ほしぞらしい 星空舞 ごはん	牛乳	梨らっきょうソースかけ ハンバーグ		スターチーズサラダ ホット星空スープ		とりにく ぶたにく ハム あごちくわ	きゅうにゅうチーズ	トマト ブロッコリー ^{にんじん} ほれんそう	たまねぎ にんにく しょウガ らっとう なし コーン キャベツ かぶ はくさい しろねぎ	ごはん さとう でんぶん	ドレッシング	(小) 579 713	(小) 22.0 26.8	(小) 432 512
27 火	ほしぞらしい 星空舞 ごはん	牛乳	あごちくわの磯辺揚げ		ピリ辛和風もやしナムル 冬野菜と里芋 ゴロゴロカレー		あごちくわ きゅうにく	きゅうにゅう あおり	ほうれんそう にんじん ブロッコリー ^{とうがらし}	もやし たまねぎ にんにく しろねぎ	ごはん こむぎこ でんぶん さといも じゃがいも	あぶら ごま ごまあぶら ごま	(小) 679 790	(小) 23.8 26.1	(小) 305 319
28 水	ほしぞらしい 星空舞 ごはん	牛乳	わふわ 和風サイコロステーキ		チャプチエ 中華卵スープ	豆乳 プリン	ぎゅうにく ハム たまご	きゅうにゅう	ほうれんそう にんじん にら	たまねぎ にんにく しょウガ しろねぎ	ごはん さとう はるさめ でんぶん とうにゅうプリン	あぶら ごまあぶら ごま	(小) 738 861	(小) 26.5 30.6	(小) 287 296
29 木	ほいせんごはん 大山小麦 パン	牛乳	だいせん 大山どりのレモンソース		カラフルサラダ 白バラ牛乳シチュー		とりにく ベーコン	きゅうにゅう なまクリーム	にんじん ブロッコリー ^{ビーマン} あかビーマン	レモン キャベツ コーン えだまめ あかビーマン	パン さとう さつまいも	オリーブ あぶら ドレッシング あぶら	(小) 763 914	(小) 30.5 36.1	(小) 346 375
30 金	ほしぞらしい 星空舞 ごはん	牛乳	ヤンニヨムチキン		チョレギ風サラダ キムチスープ		とりにく ぶたにく とうふ	きゅうにゅう のり	にんじん とうがらし	キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん はくさい しろねぎ しょウガ	ごはん でんぶん こむぎこ はちみつ さとう	あぶら ごま ドレッシング	(小) 657 779	(小) 33.4 38.7	(小) 307 322

右上のQRコードまたは倉吉市ホームページ ⇒ 各課のご案内 ⇒ 学校給食センターに進んでいただくと「わくわくランチ」、「食育だより」、「給食レシピ」などがご覧いただけます。

令和8年 1月 食物アレルギー用献立表 (学校給食週間特別献立)

※令和7年度食物アレルギー調査で記入された食品を表示しています。

パン(小麦粉、脱脂粉乳、ショートニング(油、大豆油、豚脂))	中華だし(油)	しょうゆ(小麦、大豆)	みそ(大豆)
コンソメ(乳糖、油、しょうゆ(小麦、大豆)、チキンエキス、香辛料(小麦))			

日・曜	献立名			アレルギーの原因となる食品			保護者連絡欄
26 月	星空舞 ごはん	牛 乳	梨らっきょうソースかけハンバーグ スターチーズサラダ ホット星空スープ	(梨らっきょうソースかけハンバーグ) 鶏肉、豚脂、大豆たん白、豚肉、トマトペースト、らっきょう漬け(昆布エキス、唐辛子)、梨ピューレ、しょうゆ	(スターチーズサラダ) ハム(鶏肉)、プロセスチーズ(乳)、ドレッシング(油、レモン果汁、パインアップル果汁)	(ホット星空スープ) あご竹輪(すけどうだら、飛魚)、スープスティック、しょうゆ	
27 火	星空舞 ごはん	牛 乳	あごちくわの磯辺揚げ ピリ辛和風もやしナムル 冬野菜と里いもゴロゴロカレー	(あごちくわの磯辺揚げ) あご竹輪(すけどうだら、飛魚)、小麦粉、青のり、大豆油	(ピリ辛和風もやしナムル) ごま、しょうゆ、ごま油、唐辛子	(冬野菜と里いもゴロゴロカレー) 牛肉、里いも、梨ピューレ、油(大豆)、カーレルウ(小麦粉、豚脂、油、大豆、トマトペースト)、中濃ソース(トマト、マッシュルーム)、しょうゆ、カレー粉(唐辛子、ちんぴ)	
28 水	星空舞 ごはん	牛 乳	和風サイコロステーキ チャプチエ 中華卵スープ 豆乳プリン	(和風サイコロステーキ) 牛肉、しょうゆ	(チャプチエ) 油(大豆)、ハム(豚肉)、しょうゆ、ごま、ごま油	(中華卵スープ) 鶏卵、中華だし、しょうゆ	(豆乳プリン) 豆乳、乳化剤(大豆)、ショートニング(大豆)
29 木	大山小麦 パン	牛 乳	大山どりのレモンソース カラフルサラダ 白バラ牛乳シチュー	(大山どりのレモンソース) 鶏肉、オリーブ油、しょうゆ、レモン果汁	(カラフルサラダ) きゅうり、枝豆、ドレッシング(油、トマト)	(白バラ牛乳シチュー) 油(大豆)、ベーコン(豚肉、乳糖)、しめじ、クリームポタージュ(小麦粉、ホエイパウダー(乳)、油(乳)、脱脂粉乳、大豆たん白、全粉乳、野菜パウダー(小麦)、香辛料(ちんぴ、唐辛子)、豚脂、ポークエキス)、コンソメ、牛乳、生クリーム	
30 金	星空舞 ごはん	牛 乳	ヤンニヨムチキン チョレギ風サラダ キムチスープ	(ヤンニヨムチキン) 鶏肉、小麦粉、大豆油、トマトケチャップ、コチュジャン(みそ、麦芽エキス(大麦)、唐辛子)、しょうゆ、ごま	(チョレギ風サラダ) ササミフレーク(鶏肉、油、チキンブイヨン)、きゅうり、のり、ドレッシング(油(ごま)、しょうゆ)、にんにく(豚肉)、みそ、チキンエキス、昆布エキスパウダー)	(キムチスープ) 豚肉、白菜キムチ(大豆たん白、トマト、唐辛子、魚介エキス(いわし))、豆腐、スープスティック、しょうゆ	