



## 2月 学校給食献立表



日	曜	献立名					赤のなかまの食品		黄のなかまの食品		みどりのなかまの食品		エネルギー たんぱく質 脂質 行事食等	
		主食	飲物	主菜	副菜	汁物	その他	体をつくる	熱や力になる	体の調子をととのえる				
2	月	こぎつねごはん	牛乳	揚げぎょうざ あったか汁				牛乳 ベーコン ぶた肉 みそ うすあげ ギョーザ	さくら飯 じゃがいも 油 さとう バター	にんじん しょうが たまねぎ にんにく はくさい ねぎ		674 Kcal 23 g 28 g		
3	火	白ごはん	牛乳	いわしフライ マカロニサラダ 節分汁		節分給食		牛乳 大豆 いわし みそ ロースハム ぶた肉	白飯 てんぷら粉 油 パン粉 ごま油 さとう マカロニ	にんじん たまねぎ きゅうり こんにやく キャベツ ねぎ だいこん		665 Kcal 24 g 26 g 節分給食		
4	水	白ごはん	牛乳	てりやきハンバーグ ほうれん草のソテー けんちん汁				牛乳 とり肉 ぶた肉 もめんどうふ 豆乳 大豆ミート ベーコン 牛肉	白飯 バター パン粉 油 さとう ごま油 かたくり粉	たまねぎ しょうが ほうれん草 こんにやく コーン だいこん		635 Kcal 29 g 23 g		
5	木	白ごはん	牛乳	大豆としらすの揚げ煮 みそおでん いちご				牛乳 ちぎりあげ だいず みそ しらす干し うずらたまご あつあげ	白飯 かたくり粉 米粉 油 さとう	だいこん にんじん こんにやく ごぼう		685 Kcal 25 g 26 g		
6	金	麦ごはん(増)	牛乳	ビーフカレー フルーツカクテル				牛乳 牛肉 スキムミルク チーズ	むぎ飯 じゃがいも 油 ゼリー さとう	にんにく しょうが たまねぎ にんじん もも缶	トマト みかん缶 パイン缶		765 Kcal 21 g 24 g	
9	月	麦ごはん	牛乳	ピピンパ くるま麩のきなこラスク				牛乳 きなこ 牛肉 たまご	むぎ飯 さとう くるまぶ かたくり粉 ごま油 ごま	にんにく りょうとうもやし 切り干し大根 にんじん こまつな		681 Kcal 24 g 27 g		
10	火	白ごはん	牛乳	豆腐のミートグラタン ポトフ ふりかけ				牛乳 牛肉 ベーコン ぶた肉 大豆ミート チーズ とうふ とり肉	白飯 パン粉 油 さとう	にんにく たまねぎ にんじん キャベツ トマト	セロリ だいこん キャベツ		652 Kcal 29 g 24 g	
11	水	建国記念の日												
12	木	白ごはん	牛乳	鯖のソース煮 はりはり漬け めった汁				牛乳 みそ さば こんぶ ぶた肉	白飯 さつまいも さとう ごま	しょうが ごぼう 切り干し大根 にんじん こんにやく こまつな ねぎ		631 Kcal 25 g 19 g		
13	金	白ごはん	牛乳	せんざんき いもたき いよかん		世界ジオパーク給食 「愛媛県・西予」		牛乳 とり肉 牛肉 あつあげ	白飯 かたくり粉 米粉 油	にんにく しょうが こんにやく にんじん	だいこん ほししいたけ いよかん		635 Kcal 24 g 25 g 世界のジオパーク給食	
16	月	白ごはん(減)	牛乳	ガリパタポー 青菜のチーズおかか和え きつねうどん				牛乳 うすあげ ぶた肉 かつおぶし チーズ	白飯 米粉 油 かたくり粉 さとう バター うどん	キャベツ こまつな たまねぎ にんじん	ほししいたけ ねぎ にんにく		653 Kcal 28 g 21 g	
17	火	ピタパン	牛乳	ピロシキ 大根のクリーム煮				牛乳 スキムミルク ぶた肉 大豆ミート ベーコン 牛肉 とり肉	ピタパン じゃがいも 生クリーム 油 米粉	にんにく しょうが たまねぎ にんじん	はくさい だいこん パセリ		632 Kcal 30 g 28 g	
18	水	白ごはん	牛乳	竹輪のいそべ揚げ 煮豆 鶏野菜汁 セレクトデザート				牛乳 もめんどうふ ちくわ みそ 青のり粉 とり肉	白飯 てんぷら粉 油 さとう デザート	にんじん えのきたけ しょうが はくさい ねぎ		744 Kcal 27 g 22 g		
19	木	白ごはん	牛乳	ハニーマスタードチキン ジャーマンポテト ABCスープ				牛乳 ぶた肉 とり肉 ベーコン チーズ	白飯 じゃがいも かたくり粉 バター 米粉 はちみつ マカロニ	たまねぎ にんじん キャベツ パセリ		637 Kcal 25 g 22 g		
20	金	バターライス(減)	牛乳	オムライス 冬野菜の豆乳みそ汁		おはなし給食 「ごちそうさま」		とり肉 うすあげ たまご 豆乳 牛乳 みそ ぶた肉	バターライス 油 さとう さつまいも	たまねぎ しいたけ コーン トマト はくさい	ピーマン にんじん だいこん		601 Kcal 24 g 19 g おはなし給食	
23	月	天皇誕生日												
24	火	白ごはん(減)	牛乳	春巻き ナムル 辛みそラーメン				牛乳 大豆ミート ぶた肉 ロースハム みそ 赤だしみそ	白飯 はるまき ラーメン さとう	もやし にんじん きゅうり はくさい にんにく	コーン ねぎ しょうが にんにく		720 Kcal 24 g 29 g	
25	水	白ごはん	牛乳	フライドチキン れんこんとひじきのサラダ グラムチャウダー				牛乳 あさり とり肉 ベーコン ひじき スキムミルク ロースハム	白飯 かたくり粉 米粉 油 ごま 生クリーム	にんにく たまねぎ れんこん にんじん きゅうり	パセリ		716 Kcal 25 g 30 g	
26	木	白ごはん	牛乳	さかなの石垣フライ スイートポテトサラダ とうふのみそ汁				牛乳 わかめ ホキ みそ とり肉 きぬこしどうふ	白飯 てんぷら粉 パン粉 油 ごま さとう	コーン きゅうり にんじん たまねぎ	えのきたけ ねぎ		656 Kcal 25 g 23 g	
27	金	チャーハン	牛乳	あんかけチャーハン ヨーグルト				牛乳 あさり ヨーグルト うずらたまご ロースハム ぶた肉	むぎ飯 油 ごま油 かたくり粉	にんにく しょうが ねぎ たまねぎ	にんじん たけのこみずに ほししいたけ はくさい		612 Kcal 23 g 21 g	

※ 都合により献立の内容を一部変更する場合があります。

※ 主な食材料名は、食品の栄養的な働きにより、赤、黄、緑のグループに分けて記載してあります。

食塩量 2月 平均2.1g



