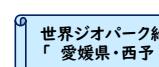


## 2月学校給食献立表

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 行量等	
		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	エネルギー たんぱく質 脂質 行量等	エネルギー たんぱく質 脂質 行量等	エネルギー たんぱく質 脂質 行量等	エネルギー たんぱく質 脂質 行量等
2	月	こぎつねごはん	牛乳	揚げぎょうざ あつたか汁				牛乳 ぶた肉 うすあげ ギョーザ	ベーコン みそ	さくら飯 油 さとう バター	じやがいも	にんじん たまねぎ はくさい ねぎ	しょうが	674 Kcal
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 いわし ロースハム ぶた肉	大豆 みそ	白飯 てんぶら粉 パン粉 さとう	卵なしマヨネーズ 油 ごま油 マカロニ	にんじん きゅうり キャベツ だいこん	たまねぎ こんにやく ねぎ	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 ぶた肉 豆乳 ベーコン	とり肉 もめんどうふ 大豆ミート 牛肉	白飯 パン粉 さとう かたくり粉	バター 油 ごま油	たまねぎ じようが ほう ほうれんそう	にんじん ごぼう こんにやく コーン	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 だいす みそ	ちぎりあげ かたくり粉 うずらたまご	白飯 かたくり粉 油 さとう	さといも	だいこん にんじん こんにやく	いちご ごぼう	685 Kcal 25 g 26 g
6	金	麦ごはん(増)	牛乳	ピーフカレー フルーツカクテル				牛乳 牛肉 スキムミルク チーズ		むぎ飯 じやがいも 油 こむぎこ	バター カレールウ ゼリー	にんにく たまねぎ	トマト みかん缶 パイイン缶	765 Kcal 21 g 24 g
9	月	麦ごはん	牛乳	ピピンパ くるま駄のきなこラスク				牛乳 牛肉 たまご	きなこ	むぎ飯 さとう かたくり粉 米粉	油 くるまぶ ごま油 ごま	にんにく 切り干し大根 にんじん こまつな	りょくとうやし せロリ	681 Kcal 24 g 27 g
10	火	白ごはん	牛乳	豆腐のミートグラタン ボトフ ふりかけ				牛乳 ぶた肉 チーズ とり肉	牛肉 大豆ミート とうふ かわごまふりかけ	白飯 パン粉 油 さとう		にんにく たまねぎ にんじん	だいこん キャベツ トマト	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 めつた汁				牛乳 さば こんぶ ぶた肉	みそ	白飯 さつまいも さとう ごま	ごま油 油 さとう	じようが にんじん こまつな	ごぼう たまねぎ 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				牛乳 とり肉 牛肉 あつあげ		白飯 かたくり粉 米粉 油	さとう	にんにく にんじん にんじん	だいこん ほしいつけ 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	ガリバタポーク 青菜のチーズおかか和え きつねうどん				牛乳 ぶた肉 かつおぶし チーズ	うすあげ	白飯 かたくり粉 さとう うどん	米粉 かたくり粉 バター	キャベツ こまつな たまねぎ にんじん	ほししいつけ 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 ぶた肉 ベーコン とり肉	スキムミルク 大豆ミート 牛肉	ピタパン じやがいも 油 米粉	バター 生クリーム バター	にんにく じようが 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 ちくわ 青のり粉 とり肉	もめんどうふ みそ	白飯 てんぶら粉 油 さとう	マロニー ごま油 金時豆 デザート	にんじん にんにく えのきだけ ねぎ	にんにく えのきだけ はくさい ねぎ	744 Kcal 27 g 22 g
19	木	白ごはん	牛乳	ハニーマスターーチキン ジャーマンポテト ABCスープ				牛乳 とり肉 ベーコン チーズ	ぶた肉	白飯 かたくり粉 米粉 はちみつ	じやがいも バター	たまねぎ にんじん キャベツ パセリ	ねぎ にんじん はくさい	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 たまご 牛乳 ぶた肉	うすあげ 豆乳 みそ	バターライス 油 さとう さつまいも		たまねぎ にんじん コーン トマト	ピーマン にんじん だいこん はくさい	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 ぶた肉 みそ 赤だしみそ	大豆ミート ロースハム	白飯 はるまき ラーメン	ごま ごま油 油	もやし にんじん きゅうり	コーン ねぎ しょうが	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 クラムチャウダー				牛乳 とり肉 ひじき ロースハム	あさり ベーコン 米粉 油	白飯 かたくり粉 バター 生クリーム	卵なしマヨネーズ じやがいも	にんにく れんこん にんじん	たまねぎ パセリ きゅうり	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 ホキ とり肉 きぬごしどうふ	わかめ みそ	白飯 てんぶら粉 パン粉 油	じやがいも さつまいも 卵なしマヨネーズ さとう	コーン きゅうり にんじん	えのきだけ 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 ヨーグルト ロースハム ぶた肉	あさり うずらたまご かたくり粉	むぎ飯 油 ごま油 かたくり粉		にんにく じようが ねぎ	にんじん たけのこみずに ほししいつけ 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。

食塩量 2月 平均2.1g

※ 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おります。



