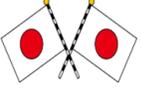


# 2月 学校給食献立表

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			
1 月	白飯	牛乳	エビのオーロラソース 割り干し大根の中華漬物 春雨スープ	牛乳 えび天ぷら 塩こんぶ ぶた肉	ごはん ごま油 油 はるさめ マヨネーズ さとう	にんじん もやし わりぼし大根 ニラ きゅうり 玉ねぎ	627 Kcal 18 g 23 g		
2 火	すし飯	牛乳	ちらしずし 豚汁 節分豆	牛乳 味付けいなり かまぼこ きんしたまご	ぶた肉 みそ せつぶん豆	ずし飯 さとう	かんびょう 枝豆 つきこんにやく にんじん 大根 ねぎ 干しいたけ 玉ねぎ れんこん ごぼう	616 Kcal 25 g 16 g 節分	
3 水	白飯	牛乳	ケンザッキーチキン りんごサラダ クラムチャウダー	牛乳 とり肉 あさり ベーコン	ごはん 小麦粉 かたくり粉 油 米粉	さとう じゃがいも 生クリーム バター	しょうが 玉ねぎ 白菜 にんじん きゅうり パセリ りんご	666 Kcal 25 g 22 g	
4 木	白飯	牛乳	マカロニグラタン ミニトマト オニオンスープ	牛乳 とり肉 チーズ ぶた肉	ごはん マカロニ 油 米粉	バター 生クリーム パン粉 オリーブ油	玉ねぎ 小松菜 ホールコーン ミニトマト にんじん	654 Kcal 23 g 20 g	
5 金	麦ご飯	牛乳	ポークカレー フルーツヨーグルト	牛乳 ぶた肉 チーズ ヨーグルト	麦ごはん じゃがいも カレールー 小麦粉	バター いちごゼリー	にんにく みかん缶 しょうが パイン缶 玉ねぎ もも缶 にんじん	768 Kcal 22 g 24 g	
8 月	白飯	牛乳	鯖の竜田揚げ ほうれん草のごま和え 里芋となめこのみそ汁	牛乳 さば わかめ みそ	ごはん 油 さとう ごま	さといも しょうが かたくり粉 米粉 にんじん 玉ねぎ	うすあげ なめこ もやし ほうれん草 玉ねぎ	623 Kcal 25 g 21 g	
9 火	白飯	牛乳	ちくわチーズフライ 切り干し大根の炒り煮 小松菜のみそ汁	牛乳 ちくわ チーズ とり肉	とうふ みそ	ごはん 天ぷら粉 パン粉 油	さとう 切干大根 玉ねぎ にんじん えのき いんげん 小松菜 干しいたけ	599 Kcal 23 g 17 g 6年生スキー教室	
10 水	白飯	牛乳	源氏豆 塩ちゃんこ鍋 りんご	牛乳 だいず 昆布 鶏肉	厚揚げ みそ	白飯 米粉 油 さとう	ゼリー にんじん 根深ねぎ だいこん にんにく はくさい しょうが えのきたけ	608 Kcal 23 g 19 g	
11 木	<b>建国記念の日</b> 								
12 金	麦ご飯	牛乳	梅ひじきご飯 キャベツのツナ和え ジャジャン豆腐	牛乳 ひじき かつおぶし しらす干し	ツナ ぶた肉 生あげ みそ	麦ごはん かたくり粉 さとう ごま	うめぼし にんじん 玉ねぎ キャベツ にんにく きゅうり しょうが 白菜	646 Kcal 26 g 24 g	
15 月	白飯	牛乳	コロッケ ブロッコリーのおかか和え すき焼き風煮	牛乳 かつおぶし 牛肉 やきどうふ	ごはん くるまふ	コロッケ 油 さとう	ブロッコリー ねぎ キャベツ 白菜 しらたき	665 Kcal 24 g 22 g	
16 火	白飯	牛乳	肉団子のケチャップからめ ジャーマンポテト 白菜のクリーム煮	牛乳 肉団子 ベーコン チーズ	とり肉	ごはん さとう かたくり粉 じゃがいも	バター 油 米粉 生クリーム にんじん	玉ねぎ 小松菜 パセリ 白菜	660 Kcal 24 g 21 g
17 水	白飯	牛乳	わかさぎフリッター れんこんきんぴら 粕汁	牛乳 わかさぎフリッター さつまあげ ひじき	ぶた肉 うすあげ 大豆ペースト みそ	ごはん 油 さとう ごま油	さといも れんこん 大根 枝豆 玉ねぎ にんじん 小松菜 しめじ	633 Kcal 24 g 21 g	
18 木	食パン	牛乳	ハヤシチュー フルーツのカッターチーズあえ	牛乳 カッターチーズ ぶた肉	さとう	食パン 生クリーム じゃがいも 油	さとう みかん缶 玉ねぎ パイン缶 しめじ もも缶 にんじん	709 Kcal 24 g 29 g	
19 金	白飯	牛乳	焼き鳥風炒め あんかけうどん セノビーゼリー	牛乳 とり肉 かまぼこ	さとう うどん	ごはん 小麦粉 かたくり粉 油	ねぎ しょうが 干しいたけ 玉ねぎ にんじん	648 Kcal 25 g 15 g	
22 月	カレーバターライス	牛乳	せきさんへのオムライス 冬野菜のポトフ <b>おはなし給食「給食室の日曜日」</b>	牛乳 とり肉 オムライスシート ぶた肉	ベーコン	カレーバターライス じゃがいも 油	ピーマン 白菜 にんじん 玉ねぎ 大根	600 Kcal 25 g 17 g おはなしからとびだしたりょうり	
23 火	 <b>天皇誕生日</b>								
24 水	白飯	牛乳	ししゃもの南蛮漬け おでん いよかん	牛乳 ししゃも あつあげ ちくわ	うずらたまご	ごはん 米粉 油 さとう	ごま油 さといも 玉ねぎ こんにやく にんじん いよかん ねぎ 大根	635 Kcal 24 g 23 g	
25 木	白飯	牛乳	和風ハンバーグ しらすのペペロンチーノ 野菜スープ	牛乳 しらす干し 牛肉 ぶた肉 とうにゅう	しらす干し ベーコン	ごはん パン粉 さとう かたくり粉	スパゲティ オリーブ油 玉ねぎ セロリ しょうが にんじん 大根 小松菜 キャベツ	639 Kcal 26 g 20 g	
26 金	麦ご飯	牛乳	ビビンバ かぼちゃ白玉スープ	牛乳 牛肉 きんしたまご ベーコン	さとう 白玉粉	麦ごはん ごま油 油 かたくり粉 さとう ごま	にんにく にんじん 切干大根 もやし ニラ 白菜 えのき 小松菜	627 Kcal 21 g 19 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。

